ANNE **TUFFIGO**
MÉDIUM

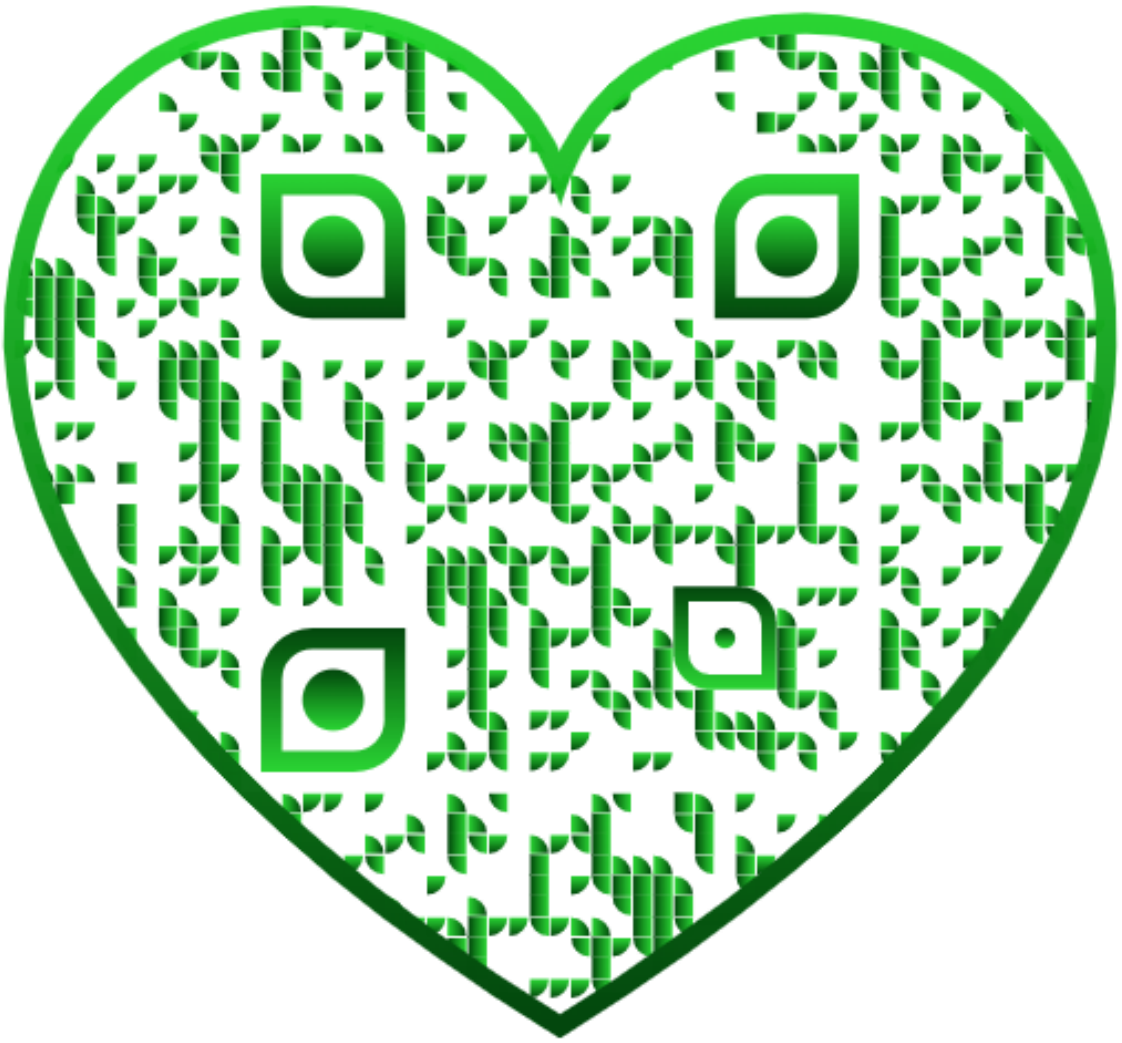
IL SUFFIT PARFOIS D'UN SIGNE

RÊVES
SYNCHRONICITÉS
PRÉMONITIONS
DÉJÀ-VU...



APPRENEZ À LES DÉCRYPTER
POUR MIEUX VOUS CONNAÎTRE ET
DÉVELOPPER VOTRE INTUITION

Albin Michel



Anne Tuffigo

Il suffit parfois d'un signe

Rêves, synchronicités, prémonitions, déjà-vu… Apprenez à les décrypter pour mieux vous connaître et développer votre intuition

Albin Michel

Retrouvez Anne Tuffigo
sur www.anne-medium.com

Suivez-nous sur Instagram :
@albinmichel_et_moi
Santé, bien-être, vie quotidienne, cuisine, parentalité, psychologie, développement personnel, nature, loisirs et plus encore…

Tous droits réservés.
© Éditions Albin Michel, 2021.
ISBN : 9782226465078

Préface

Imaginez un jeu similaire à un jeu de l'oie où il apparait un chemin, où au fur et à mesure que vous avancez surgissent successivement des récompenses, des obstacles, des défis, des bonnes et des mauvaises surprises.

Ce jeu, c'est peut-être votre vie.

Mais pour vous aider à surmonter les épreuves et aller plus rapidement aux récompenses, vous êtes aidé.

Qui vous aide ? Peut-être votre ange gardien, peut-être l'esprit d'un de vos aïeux défunts, peut-être Dieu, peut-être le maître d'un jeu informatique dans une autre dimension. Peu importe, vous ne pourrez jamais être certain de l'identité de cet allié, par contre vous pouvez en voir l'action, tout simplement en étant un peu plus attentif à ce qui se passe autour de vous.

Dans *L'Empire des anges* j'avais noté que les anges nous aident en utilisant cinq leviers pour nous faire bouger : les rêves, les intuitions, les chats, les médiums, les signes.

Anne Tuffigo est médium, elle a un chat, Mystic, elle a des intuitions, elle se souvient de ses rêves et elle repère les signes.

Dans cet ouvrage, elle vous explique comment vous aussi, même si vous n'êtes pas (ou pas encore) médium, vous pouvez déjà noter vos rêves, faire attention à vos intuitions, repérer les signes (et accessoirement vous procurer un chat…).

En fait, cette existence est, à l'entendre, beaucoup plus simple et facile à vivre qu'on ne le croit. Être vigilant est finalement la seule petite qualité qui permet de se tirer des situations les plus compliquées. Les signes sont partout.

Il suffit de renoncer à vouloir tout comprendre, et simplement observer les indications qui sont proposées dans le décor qui nous entoure. Le monde devient alors un ensemble, non plus de problèmes, mais de solutions. On sort de sa position de victime d'injustices ou son statut d'incompris pour devenir simplement un joueur qui avance sur son chemin de destinée en essayant de ne pas perdre de temps sur les mauvaises routes et d'aller plus rapidement vers les bonnes personnes, au bon moment et de la meilleure manière.

« Tuffigo » en breton signifie « la cracheuse de noyaux de cerises » : déjà son nom est un signe ! Vous allez, en tournant les pages de cet ouvrage, recevoir quelques noyaux de cerises qui sont autant de conseils pour se faciliter l'existence et ne plus se positionner en personne qui subit mais en personne qui agit !

Si vous achetez ce livre, c'est qu'il doit y avoir une raison, alors je vous laisse le plaisir de découvrir la réponse à vos questions dans les pages qui suivent…

Bernard Werber

Introduction

– Ah, c'est un signe ça, maman, il faut que tu arrêtes les sucreries ! Je sens poindre dans le regard espiègle de ma fille de l'inquiétude, et j'observe le combat intérieur qu'elle tente de mener avec détachement entre son envie de libérer cette dernière et celle de rire de ma mine déconfite. Les ados gloussent de tout, c'est bien connu ! Mais la situation exceptionnelle que nous vivons n'encourage guère à l'humour vache.

Sa mère, d'habitude un roc, vient de subir une grave érosion : une bonne partie de mon incisive droite a perdu son match par K.-O. contre un œuf de Pâques en sucre. Atterrissage dentaire brutal dans la paume de ma main, douleur lancinante et nerveuse, plus aucune envie d'adresser de sourire hollywoodien, et la panique soudaine : mais comment vais-je faire ? Que le chocolatier et ses prétendues « douceurs » aillent au diable !

– Appelle vite ton dentiste !, me suggère très logiquement Stella, désormais consciente que l'heure est grave.

– Mais il ne consulte pas en période de confinement ! Le monde s'est arrêté de tourner à cause du coronavirus ; une dent cassée n'est pas une urgence, tu comprends ?, lui criai-je au visage, comme si monter dans les décibels allait rendre mon discours plus intelligible, avant d'ajouter plus doucement : pardonne-moi mon chat, je souffre et cela me met à fleur de peau…

Avoir la mine déconfite après avoir déconné en mangeant des confiseries pendant le confinement rend mon âme confite de détresse ! Je ris seule dans ma salle de bains en me disant que j'aurais pu soumettre jadis cette phrase à Raymond Devos.

Je me racle la gorge et je me sens prête à user de tous les ressorts dramatiques possibles pour plaider ma cause, au bout du fil, auprès de mon dentiste que je tente de joindre à tout prix. Charme, humour, désespoir, négociation, chantage puis culpabilisation, je révise les différentes étapes du parfait manipulateur pour pallier un possible refus. Comme je ne compte pas rester indéfiniment avec mes douleurs névralgiques et risquer l'infection, la fin justifiera donc les moyens. J'adresse un regard supplicié et complice vers le ciel tout en entendant résonner la sonnerie de mon téléphone.

– J'ai bien reçu vos messages et vos appels à l'aide !, lance mon dentiste qui ne peut s'empêcher de réprimer un petit rire compatissant. Vous avez de la chance ! J'ai trois urgences à soigner, dont la vôtre, et pas de masque FFP2 pour pratiquer les interventions. Mais il se trouve qu'un de mes patients, qui a perdu sa couronne hier, travaille en milieu hospitalier et m'a proposé du matériel de protection en échange de mes soins… Alors passez cet après-midi à mon cabinet, disons à 14h !

Que ce patient se rassure, c'est moi qui vais le couronner à nouveau ! Il a été bien meilleur que moi dans les négociations, je m'incline.

Une nouvelle étape reste à franchir dans mes travaux herculéens : le trajet. Je ne possède pas de voiture et le cabinet dentaire est situé en grande couronne parisienne ; décidément, on célèbre le règne de l'inconnu en 2020 !

Je n'ai plus qu'à sauter dans un VTC. Pas de problème, mon téléphone regorge d'applications en tous genres pour me rendre d'un point A à un point B. À peine ai-je eu le temps de passer la main dans mon brushing du dimanche qu'une berline noire est déjà stationnée en bas de chez moi. C'est peut-être mon jour de chance, pensai-je en claquant la portière de mon carrosse éphémère.

– Oh mon Dieu, vous ne risquez pas d'être touché par la pandémie, vous !, lançai-je sans réfléchir. À l'intérieur de l'habitacle, j'observe un décor surréaliste : mon chauffeur a plastifié les sièges ainsi que chaque élément qui compose l'arrière de la voiture, à tel point que je ne perçois même pas la route, obstruée par le film marron qui s'entoure inlassablement autour des sièges passager et conducteur. J'ai l'impression d'être moi-même une grosse valise en partance pour un pays lointain !

– Bonjour, Madame Anne, où allons-nous ?, demande-t-il d'une voix chaude et presque familière qui contraste avec la froideur et l'ambiance aseptisée du jour.

– Je vais chez le dentiste pour une urgence, et ce n'est pas la porte à côté !, dis-je dans un souffle alors qu'une douleur cinglante s'installe au rythme de mes pulsations cardiaques jusqu'à la pointe de mon oreille alors que je tente de faire bonne figure.

La Parisienne que je suis devenue depuis une vingtaine d'années sait parfaitement se fondre dans une mégalopole où chacun déambule dans l'anonymat le plus complet et en totale liberté d'action. Porter des talons un peu trop hauts et du rouge à lèvres un peu trop rouge dans ma Normandie natale aurait alimenté les conversations qu'on tient en chuchotant à la boulangerie du coin. Seulement voilà, aujourd'hui j'ai troqué ma féminité contre une tenue décontractée et passe-partout, et je me sens obligée de me justifier

auprès de mon chauffeur de ce déplacement exceptionnel en période de confinement.

D'ailleurs, je pense immédiatement à un rituel qui me fascinait durant mon enfance lorsqu'il m'arrivait de me rendre dans une église. Endroit insolite en lui-même puisque je viens d'une famille de profanes. Lorsque j'avais dix ans à peine, je répétais, comme un petit singe savant, que mes initiales étaient AT, en scandant la fin de ma phrase par « Anne Tuffigo, AT et je suis athée ! » Les rares fois où j'ai déambulé entre les bancs d'une église, mon regard était attiré de façon magnétique par les chuchotements qui s'échappaient du fameux confessionnal. J'observais les silhouettes chancelantes de ces hommes et de ces femmes repentantes. Le lourd rideau pourpre qui abritait leur pudeur étouffait parfois leurs sanglots, et je me demandais ce qu'ils pouvaient bien raconter au prêtre dont ils ne percevaient pas même le regard…

De mon chauffeur, je ne vois que la visière d'une casquette noire qui tente tant bien que mal de dompter des boucles châtains qu'un coiffeur a laissé s'échapper.

– C'est un confessionnal 2.0 votre truc ! Je vous entends, mais ne vous vois pas, et je ne distingue absolument pas ce qui se passe au dehors, nous nous rencontrons pour la première fois, mais vous connaissez mon prénom…

J'éclate de rire. Après tout, je préfère souffrir à cause d'un peu d'humour que par la faute d'une incisive ayant une dent contre moi…

– Ah mais j'adore l'idée ! Cela fait plus de quinze années que je fais ce métier, autant vous dire que j'ai recueilli les coups de gueule, les joies et les secrets de milliers de passagers !

– Vous êtes un temple de savoir, si je comprends bien !

– Plus que vous ne pouvez l'imaginer… Que faites-vous dans la vie, Anne ?

La réponse à une telle question est toujours délicate et varie au gré de mes humeurs et de mes inspirations du moment. Le lundi, je suis hôtesse de l'air, le mardi, vendeuse dans une boutique de prêt-à-porter féminin. Le mercredi m'évite le mensonge et je peux évoquer les recrutements que j'effectue pour différentes entreprises. Les autres jours de la semaine, le petit jeu a tendance à me fatiguer et je lance un « devinez ? » à mes interlocuteurs afin d'y puiser de nouvelles idées.

Cette fois, je lance à mon chauffeur :

– Je suis médium et je communique avec les défunts. Mon job consiste à délivrer des messages de l'Au-delà et à percevoir les signes qu'il nous envoie.

Je n'y ai mis ni le fond, ni la forme. Trop tard. C'est ma confession du jour !

– Vous êtes, en quelque sorte, une messagère moderne entre le monde des vivants et celui des immortels, c'est bien cela ?

– Ah, si tout le monde résumait aussi bien les choses, cela m'éviterait de me casser les dents sur des dialogues de sourds et des jugements à l'emporte-pièce…

– Votre métier compte finalement parmi les plus vieux du monde ! L'homme, selon son époque, ses croyances et ses besoins, a encensé ou répudié ceux qu'il considérait comme les sages du village, les druides, les prophètes ou les sorciers. Anne, vous m'avez l'air d'être une sorcière plutôt sympathique ! Cet accès à un autre monde a dû être une aide précieuse pour vous, et vous donner un temps d'avance inestimable sur les autres ! Quelle chance !

Il y avait trop d'enthousiasme, subitement, dans le ton de mon chauffeur. Je ne savais pas s'il fallait que j'en déduise qu'il était en train de se moquer de moi, ou s'il connaissait déjà la réponse à cette question.

– Détrompez-vous. Le jour de ma naissance, ma bonne fée, vous savez, celle qui distribue les grâces au berceau des nouveau-nés, n'a pas pensé à évoquer ce cadeau très relatif. Et vous connaissez évidemment l'histoire du cordonnier mal chaussé…

– Vous voulez dire que vous, qui aidez aujourd'hui vos semblables à y voir plus clair, êtes restée quelque temps dans le brouillard ?

– Personne ne peut imaginer la terreur tout d'abord, le désarroi ensuite, lorsqu'on est encore une petite fille et que l'on perçoit les visages émaciés et exsangues de parfaits inconnus se diffuser derrière l'épaule de la maîtresse qui vous fait la classe. Comment dire à ses parents qu'on ne veut pas de poupées pour Noël, car leurs silhouettes se confondent, au bout du lit, avec celles qui me rendaient visite chaque soir pour me chuchoter des mots que je me refusais d'entendre ? Qui m'aurait crue ?

– Il n'est pire aveugle que celui qui ne veut pas voir, c'est cela ?

– Mais de quels aveugles parlez-vous, au juste ? De mes parents, de mon entourage, de mes amis, qui ne percevaient pas ce monde invisible, pourtant si proche de moi, qui ai mis durant de nombreuses années ces perceptions encombrantes sur le compte d'une névrose latente ?

– C'est très courageux de votre part d'avoir su dépasser vos peurs et vos *a priori*, Anne.

– Le courage n'a rien à voir là-dedans, rétorquai-je en essayant, tant bien que mal, de canaliser ma douleur, une main posée sur la joue. Du courage, il m'en faudra au moment où mon dentiste me dira, d'un air faussement rassurant : « Détendez-vous ! » Du courage, il nous en faudra lorsque ce monde confiné reprendra quelques couleurs et qu'il lui faudra tirer les leçons de cette mise à l'épreuve magistrale.

– Que faut-il donc avoir au fond de son cœur, s'il ne s'agit pas de courage, pour accepter de mener une vie si atypique, et assumer, si je vous suis bien, qu'une vie au-delà de la vie terrestre existe bel et bien ?

– De la colère ! Le courroux de Dieu qui provoqua le Déluge n'était rien à côté de la mienne, vous pouvez me croire. Une colère qui n'a fait que redoubler lorsque j'ai compris que percevoir le monde invisible, celui des désincarnés était un lourd secret impossible à partager.

– Un peu caricaturale, l'idée d'un vieux barbu capricieux agacé à l'idée que les hommes fassent trop de bruit pendant son divin sommeil !

– Une merveilleuse allégorie, au contraire ! Savez-vous après quel épisode biblique la submersion du monde intervient ?

– Ah, mais j'ai le droit à une véritable interrogation orale ! Vous me faites penser à ma prof de français au lycée.

– C'est drôle que vous disiez cela, j'étais professeur de français durant la première partie de ma vie professionnelle… Avant mon propre déluge. La réponse à ma question, c'est le jardin d'Éden. Adam et Ève, la pomme, le fruit défendu, vous voyez ? Vous savez ce que Dieu a voulu leur dire à travers la présence symbolique du serpent ? Autrement dit, la possibilité de devenir responsable de sa propre vie. Le serpent qui dit à Ève : « Mange ce fruit ! » C'est comme une mère qui dit à son enfant : « Ne touche pas, ça brûle ! » Que fait-il, évidemment ? Il touche et se brûle. Le serpent encourage à la désobéissance, mais aussi à l'accès au savoir.

– Parfaitement ! Vous voulez dire, si je vous résume correctement, qu'accéder à la connaissance et au savoir était une volonté divine ? Que le serpent a été délibérément placé comme un signe, sifflant sur les têtes d'Adam et Ève, comme un messager dans leur paradis ?

– Vous avez le sens de la formule poétique, vous ! C'est exactement ce que je tentais de vous dire, qu'il y a toujours, pour celui qui est prêt à voir, un message à recevoir…

– C'est très beau, et terrifiant à la fois ! Alors, Madame Anne, qu'avez-vous vu venir ?

Vous vous demandez sûrement si toutes les Parisiennes parlent philosophie avec leur chauffeur de VTC… Le monde est refait mille fois le temps d'une course, les débats sur la météo côtoient ceux sur les maris infidèles ; les plus grands procès, d'assises évidemment, s'y tiennent. Aujourd'hui, dans mon confessionnal de fortune, j'ai un peu l'impression d'assister au mien.

– Cher Monsieur, comme une myope dans son brouillard éternel, je n'ai rien vu venir, justement. Tout aurait pu m'éclairer, tout était sous mes yeux, mais comme des centaines de pièces de puzzle qui attendent que vous les assembliez pour prendre forme et s'emboîter avec logique, la vérité est restée dans sa boîte. Celle que j'ouvre avec vous aujourd'hui est celle de mon enfance, d'une partie de ma jeunesse, où les petites filles collent des gommettes roses sur leurs cahiers et dessinent des cœurs sur les vitres embuées. Dieu sait que j'en avais mis partout sur moi, du rose bonbon ! On aurait dit une héroïne de dessin animé échappée du poste de télévision, de ces histoires où tout est facile : les princesses sont belles et valeureuses, les ogres ou les sorcières sont hideux et maléfiques, mais après moult épreuves, le bien triomphe toujours sur le mal, et vous connaissez la suite : ils se marièrent…

– Pas de prince, pas de château, pas d'enfant ?

– Dans tous ces contes de fées, la mort, la grande faucheuse, est reconnaissable parmi tous : vous la sentez arriver, elle pose ses

doigts squelettiques sur le méchant qu'elle précipite alors dans les abîmes. Son voile noir s'agite à l'horizon et sa faux s'abat comme un couperet sur le destin des misérables. J'ai, à juste titre, cru à ce monde manichéen : c'était rassurant. Dans mon conte familial et personnel à moi, la mort n'a jamais revêtu de masque effrayant. Elle s'est cachée sournoisement sous les traits de l'absence tout d'abord : elle avait décimé quasiment tous mes ascendants, grands-parents, parrains, marraines, oncles ou tantes et m'avait habituée à vivre sans autre référent familial que mes parents.

– Comme une absente présence ?

– Oui, ou la présence de l'absence, également. Elle a ensuite fait preuve de subtilité en s'invitant parmi tous mes amis d'école les plus chers : ma meilleure amie à l'école primaire, celle avec laquelle je partageais mes fous rires et mes goûters, m'invitait régulièrement chez elle et, dès que je franchissais le seuil de la porte, j'entendais la violente toux de son papa qui mobilisait toutes ses forces pour m'offrir un sourire crispé par la douleur dont je me souviens aujourd'hui encore. Elle n'avait que dix ans quand il a été emporté par le cancer. Ma meilleure amie de collège ? Elle a mis fin à ses jours à la suite d'un chagrin affectif en se jetant d'une falaise. Un premier amoureux ? J'ai essuyé ses larmes, entre deux escapades romantiques, lorsqu'un coup de fil a mis fin à l'insouciance de ses quinze ans : « Pardonne-moi » sont les derniers mots qu'il a entendus de son père avant que ce dernier ne suspende tous ses chagrins au bout d'une corde. Une envie de voyager ? Le premier vol en avion que j'ai dû effectuer, adolescente, pour rejoindre ma correspondante allemande à Brême a été l'objet de nombreux débats entre mes parents quant au jour et à l'heure de mon départ. Eh bien, mon cher Monsieur, cela ne devait pas être mon heure, comme on dit ! J'ai réussi à imposer mon emploi du temps – et mon

intuition – et ce fut plutôt salvateur : l'avion initialement réservé a manqué son atterrissage et a fait beaucoup de victimes ce jour d'hiver 1992. Cruel clin d'œil, vous ne trouvez pas ?

– Que signifiaient ces tristes coïncidences, d'après vous ?

– J'ai compris avant tout que la mort revêt bien des visages, et souvent les plus sympathiques ! Qu'elle planait autour de moi pour me familiariser avec son existence. Elle m'avait dévoilé tous ses *modus operandi* : la surprise, la violence, la lente souffrance, et son caractère passager, puisque je pouvais voir et entendre tous ceux qu'elle avait déjà serrés dans ses bras de leur vivant. Je l'ai eu, mon serpent, dans le jardin de ma jeunesse ! Autant de signes que je n'ai pas su ou voulu voir.

– C'est pour cela que vous me parliez de votre colère et non de courage, Anne ?

– Oui, j'ai haï la Terre entière, j'ai insulté l'Univers, et j'ai trouvé Dieu bien cruel quand il m'a pris ce que j'avais de plus cher : ma mère. Elle est décédée brutalement, de maladie et de chagrin, un soir de novembre 2004.

– Pardonnez ma question maladroite, mais qu'est-ce qui vous a mis le plus en colère, le fait d'avoir été en quelque sorte préparée et avertie, ou de n'avoir rien vu ?

– Vous me demandez si je préfère la cécité à la clairvoyance ? Tout était là pour me montrer le drame auquel nous allions, mon père, mon frère et moi, être confrontés. Le premier appartement familial était situé à cinq cents mètres du cimetière où ma mère a été enterrée. Quant au second, il suffisait de se pencher par la fenêtre pour observer les allées et venues entre les sépultures. Les dernières années de sa vie, ma mère gardait de jeunes enfants pour soulager un couple débordé par l'activité grandissante de leur commerce. Devinez ce qu'ils faisaient ?

– J’ai peur de deviner, Madame Anne, on dit que je suis très perspicace…

– Ils tenaient le magasin de pompes funèbres en face du fameux cimetière… Et c’est ce couple qui, par amitié pour ma maman, a entièrement organisé ses funérailles. La boucle était bouclée, en quelque sorte. « La vie est aride et te coupe souvent le souffle, tu crois la dompter, mais tout n’est que mirage », écrivait-elle souvent dans des cahiers qu’elle noircissait de ses pensées. Mais, vous savez, la mort a aussi beaucoup d’humour… Imaginez-vous qu’elle repose à côté d’un illustre inconnu, dénommé Monsieur Désert ! Je dois vous avouer que j’ai eu un fou rire en me rendant compte de ce drôle de voisinage.

– Anne, la vie n’est certes pas un conte de fées, mais elle a cela de beau que la nuit laisse toujours la place au jour, que l’espoir renaît après l’incertitude, et que, pour celui qui croit aux génies et aux sorcières, les miracles sont au fond des poches.

– C’est vous le médium, cher Monsieur ! Je vous donne les clefs de mon cabinet les jours où je décide de lever le pied, ou lorsqu’une de mes incisives me joue de nouveau un tour !

– Très aimable, cette proposition, mais je préfère rester le dieu de la conduite !

– La colère est un sentiment qui vous consume, il ne suffit que d’une étincelle pour raviver le brasier de nos émotions. Lorsque je me suis trouvée devant la sépulture de ma mère, à vingt-quatre ans à peine, j’ai eu le sentiment d’être parfaitement ponctuelle à un rendez-vous qui aurait été noté dans l’agenda de ma vie. Non, pas un rendez-vous, une convocation, plutôt. Celle à laquelle vous allez en traînant les pieds et en vous tordant le cœur. J’avais besoin de comprendre. Alors j’ai choisi mon arme : un stylo. Je voulais savoir si

toutes mes visions, mes intuitions n'étaient que les symptômes d'une folie dévorante. Et si cela n'avait pas été le cas, pourquoi n'avais-je rien compris au drame qui se préparait dans les coulisses de ce mauvais spectacle ? J'ai jeté toute ma rage, toute ma colère, tout mon chagrin et tout mon amour dans une lettre dans laquelle j'ai supplié qu'on m'envoie des signes.

– À qui était destinée cette lettre, Anne ? À Dieu, à l'Univers, au génie de la lampe ?

– Mieux que ça. Je me suis adressée à celle que je connaissais depuis toujours, à celle qui, dans son agnosticisme, avait toujours rejeté toute forme de spiritualité : ma mère. Je lui ai demandé de devenir ma correspondante de l'Au-delà. Et vous allez me trouver bien ironique, mais c'est vrai : mon courrier n'est pas resté lettre morte.

– Vous avez su immédiatement que ces signes provenaient de votre mère ?

– Ma mère a laissé son empreinte partout où elle le pouvait dans les nombreux signes que j'ai reçus d'elle peu de temps après son départ. Elle a inondé mes rêves de sa présence, revêtant l'apparence de ses trente ans alors qu'il aurait fallu que je m'imprègne des photos de notre album familial pour me souvenir de cette époque. Elle a disséminé son prénom dans des lieux improbables. Marie-Christine – c'était son prénom – devenait la fleuriste qui me préparait le bouquet que j'avais commandé, c'était l'inconnue qu'on appelle bruyamment dans un couloir de métro, l'auditrice de chaque première émission de radio que j'animais. J'avais mis tellement de mon âme dans cette demande de signes, qu'elle a sans doute décidé de frapper fort ! Et figurez-vous qu'elle m'a même envoyé un… SMS !

– Pardon ? Ils ont un signal WiFi, là-haut ? Elle est dingue, votre histoire ! C'est pour cela que j'aime tant mon métier !

– Un soir d'avril 2005, j'ai reçu ce message sur mon téléphone : « Joyeuses Pâques à tous les trois, Maman qui vous aime. » Il faut que vous sachiez que ma mère ne maîtrisait pas du tout la technologie moderne, et que c'était d'ailleurs un sujet de moqueries entre mon père, mon frère et moi. Elle s'énervait souvent, derrière une profonde mauvaise foi, parce que nous ne répondions soi-disant jamais aux messages qu'elle nous envoyait depuis son téléphone. En réalité, elle enchaînait les mauvaises manipulations, et les messages étaient souvent sans contenu ou avaient tout simplement atterri dans une autre boîte de réception de son répertoire. Ce SMS provenait d'un numéro contenant un nombre de chiffres anormalement élevé, dont j'ai cherché à retrouver l'expéditeur pendant des jours. Après avoir appelé les bureaux de poste, épluché les sites internet, j'ai compris que ce numéro de téléphone n'existait tout simplement pas. Ce n'est pas la prouesse extraordinaire réalisée avec un objet de notre quotidien qui m'a le plus touchée, ce jour-là : c'est l'humanité criante, l'humour et l'amour inscrits depuis toujours dans l'ADN maternel que je retrouvais, comme sauvés de son absence.

Lorsque vos yeux ne voient plus ceux que vous aimez, mais que votre cœur les sent encore battre à l'unisson près de vous, quel camp rejoindre ? Celui de la raison, du mental ou celui de l'intuition, de la perception ? L'attitude que vous adopterez dans votre vie, les choix que vous ferez seront les résultats de ces grands combats intérieurs. Il y a toujours quelqu'un pour vous dire que vous vous racontez des histoires, que vous fabulez. Je veux bien continuer à fabuler, si c'est pour recevoir de grandes leçons de vie.

– Anne, les choix auxquels nous sommes confrontés, et les débats qu'ils engendrent au fond de nous sont un peu à l'image de cette voiture aujourd'hui !

– Que voulez-vous dire ?

– Vous avez décidé de la course et c'est vous qui avez déterminé la destination. Un peu comme l'âme aux commandes de la vie terrestre qu'elle va mener. Quant à moi, je suis votre chauffeur, et vous devez vous en remettre à mes capacités et mes connaissances, comme l'esprit qui développe des aptitudes à mener à bien les missions de son âme. Seulement voilà, pour arriver à destination, il faudra un véhicule puissant et régulier dans le temps, comme notre corps que nous devons entretenir pour cheminer le plus longtemps possible. Et, malgré un parfait attelage, nous devons choisir la route que nous allons emprunter : préférez-vous les petites routes sinueuses, laborieuses, mais pleines de surprises et d'enseignement, ou les autoroutes, plus directes et rapides, mais remplies des dangers liés à la vitesse et à sa fréquentation ? Aujourd'hui est un jour où les astres s'alignent plutôt bien, nous sommes presque arrivés !

La puissante berline glisse doucement le long du trottoir d'une rue pavée, et la voix métallique de son GPS marque alors la fin du voyage. Tandis que j'aperçois la silhouette pataude, lestée de blouses chirurgicales du dentiste, mon sauveur du jour, sur le perron de son cabinet, j'ai un pincement au cœur à la perspective de devoir sortir de cet espace clos et capitonné qui me protégeait de la folie du monde.

– Chère Madame Anne, nous voilà arrivés à destination, il est temps de prendre soin de vous !

– Je n’aurais jamais cru m’enthousiasmer à l’idée de voir mon dentiste ! Merci, vous êtes un ange. Vous savez, je suis une passagère fidèle et grande usagère des VTC ! Si vous avez une carte de visite, donnez-la-moi, je serai ravie de jouer à nouveau les cendrillons dans votre carrosse.

– Avec plaisir ! Je me pose une question, après notre passionnante discussion : croyez-vous qu’au milieu de ce déluge de peurs, de ces avertissements forts pour l’humanité face à un virus redoutable, nous saurons davantage percevoir les signes qui nous entourent ? Ouvrirons-nous nos consciences au changement ?

– Monsieur, de façon générale, je suis une grande trouillarde : j’ai peur de la vitesse, du vide, des araignées, de la bêtise, et souvent de moi-même. Mais vous et moi, nous avons deux choses en commun, je crois : nous n’avons pas peur d’évoquer les mystères de l’après-vie, et malgré les nombreux tourments que l’homme cause à son créateur, nous avons toujours eu foi en l’humanité. N’est-ce pas ?

Tandis que j’entends le moteur vrombir et mon cœur battre plus fort encore, je m’aperçois que mes doigts s’agrippent fébrilement à la carte de visite que j’ai nonchalamment saisie, encore animée par cet échange inattendu. Je suis étonnée de n’y trouver aucun numéro de téléphone. Simplement ceci :

« Hazard, à votre service.

Que serait la vie sans imprévu ? »

Si je vous dis que cette histoire est bien réelle, me croirez-vous ? Reste-t-il encore, au fond de votre cœur, un peu de votre âme d’enfant pour percevoir ce que nos yeux d’adultes ne voient plus ?

Le décès de ma mère avait éteint brutalement mon aptitude à l’émerveillement, à la légèreté et à l’optimisme. Chaque être humain

est rappelé, à travers le deuil, à sa condition vulnérable et temporelle. Autant de constats effrayants qui l'éloignent davantage de la notion de sacré dont on saupoudre son existence par le biais de l'éducation, de la religion ou de la spiritualité. Malgré mes capacités médiumniques que je jugeais par ailleurs encombrantes dans un quotidien plus que cartésien, je me suis sentie totalement démunie et infiniment seule avec ma peine : celle d'une fille pour sa mère, celle d'une femme sans le pilier de sa famille, celle de la vie qui rencontre la mort.

Les signes que j'ai reçus d'elle ont marqué le début d'une nouvelle forme de communication entre nous deux, mais bien plus encore, ils ont été les éléments de ponctuation d'une phrase que j'aurais écrite ici-bas et qui aurait trouvé un vibrant écho dans le monde invisible. Cette sensation de monde retrouvé, de possibilité de recréer un lien avec nos êtres chers a motivé ma décision radicale de changer de vie et d'assumer mes perceptions extrasensorielles. Je les ai mises tout d'abord au service de tous ceux qui, comme moi, avaient été confrontés à la douleur de la perte d'un proche. J'ai mis, en quelque sorte, ma médiumnité à la disposition des défunts afin de devenir une messagère fidèle et utile pour distribuer leur courrier de l'Au-delà. N'y voyez pas là de démonstration de bravoure ou de folie ! La folie a été sans doute, il est vrai, de quitter une vie sociale et professionnelle bien établie au profit d'un métier qui, aujourd'hui encore, n'a pas d'existence officielle et draine de nombreux clichés. J'ai entamé ce virage décisif avec une certitude : je savais quelle joie, quel apaisement ces signes m'avaient apportés. Ils m'ont permis de cheminer moins douloureusement et de franchir chaque étape du parcours de mon deuil avec la sensation que la perte n'était que physique. L'amour qui nous reliait, avec ma cartésienne de maman, se nichait dans le plus infime des détails de mon

quotidien, et je voulais m'adonner chaque jour à cette chasse au trésor guidée par ses manifestations.

J'ai eu la mission délicate d'aller à la rencontre d'hommes et de femmes, d'enfants également, dont la vie avait été brisée par le décès d'un être cher : les salles spirites, les associations d'aide au deuil, les conférences, les ateliers ont été autant d'opportunités d'échanges et de rencontres pour tenter de soulager les chagrins en leur délivrant une preuve de survivance de leurs désincarnés. C'est un défi perpétuellement renouvelé que de tenter de percer le voile de doute qui obscurcit le regard de ceux qui souffrent.

Ce sont les histoires à la fois bouleversantes et touchantes de mes consultants que je reçois depuis plus de dix années qui m'ont donné envie d'écrire sur la perception des signes qui nous entourent. Savez-vous quelle est la question que l'on me pose le plus fréquemment dans mon cabinet ? « J'ai l'impression d'avoir reçu des signes qui viennent guider mon existence ! Pouvez-vous me confirmer que j'ai vu juste ? Suis-je en train de devenir fou ? »

Ce livre est fait pour vous, qui savez que le monde visible côtoie le monde invisible et que ce dernier, attentif et bienveillant, fait son possible pour nous guider sur les bancs de l'inflexible école de la vie. Il vous est dédié si vous avez connu l'indicible bonheur de voir s'organiser sous vos yeux le parfait ballet d'événements indépendants les uns des autres en une chorégraphie remplie de sens pour vous. Il vous fera sourire si vous croyez aux mots qui résonnent plus que d'autres, aux chansons qu'on entend comme des dédicaces vocales sur son poste de radio, aux parfums dont on ne sait retrouver le sillage, aux caresses invisibles sur notre visage au moment du coucher.

Ce livre est fait pour vous, qui êtes adepte des mots « étrange » et « bizarre », vous que je rencontre à des soirées amicales et qui me lancez un « je ne crois en rien » comme on se pare d'un bouclier à l'approche d'une guerre d'opinions. Je vous le dédie, à vous, qui avez ressenti, juste une fois, une situation extraordinaire qui a défié les lois de votre logique.

Je vous invite à tourner les pages de votre rationalité et à vous interroger sur ce dont vous vous débarrassez à coups de plaisanteries et de moqueries, comme un enfant qui fait le clown pour surmonter ses angoisses.

Je vous invite tout simplement à vous reconnecter à un savoir très certainement oublié par nos mémoires sélectives : pourquoi ne sommes-nous plus capables de percevoir les signes qui nous entourent ? Pourquoi devons-nous toujours évaluer ce qui est sémiologique de ce qui ne l'est pas ?

Loin de vouloir enfermer le signe dans une définition trop étroite, je tenterai de l'apprivoiser en vous amenant sur ses rives ancestrales et en accostant sur ses terres oubliées mais pourtant familières.

Si je dédie une part de ma vie, avec humilité et amour, à la médiumnité grâce à laquelle je délivre les messages que je reçois des défunts, une question demeure : qui sont nos correspondants du Ciel qui œuvrent à l'envoi de tous ces signes ? Quelle est leur mission à travers leur présence, leurs encouragements ou leurs mises en garde ?

Je vous emmènerai ensuite visiter le paysage sémiologique de l'Au-delà afin que vous puissiez jouir de l'interminable panorama qu'il offre. Le réduire à un trèfle à quatre feuilles sur votre chemin de promenade ou à une coccinelle qui se pose sur votre main vous

ferait ostensiblement glisser vers le folklore des porte-bonheur ainsi que des superstitions.

Quand vous connaîtrez davantage le chemin qui mène au monde invisible, vous serez des expéditeurs chevronnés et vous voudrez, à juste titre, être autonome pour parvenir jusqu'à lui. Savoir développer son champ morphique, c'est créer un pont d'accessibilité solide et sacré afin de pouvoir répondre aux signes que vous avez reçus et comprendre votre mission de vie.

Si les plans célestes et terrestres se répondent dans un seul et même écho, quelle mission pouvons-nous alors emprunter à nos aiguilleurs du Ciel ? Comment teinter notre vie de spiritualité et des ambitieuses missions qu'elle nous suggère ? Comment amener un peu de notre jardin d'Éden sur une terre plus aride, qui a soif de retrouver son éternité ?

Il suffit parfois d'un simple signe…

Chapitre 1

Fais-moi un signe



Pourquoi ne sommes-nous plus capables de percevoir les signes qui nous entourent ?

Scènes de vie, signes de vie

Marie regarde fébrilement sa montre et tente de dégager d'un habile coup d'épaule le journal que son voisin de métro a déplié insolemment jusque sous son menton. Cette timide quadragénaire, couturière dans un atelier de confection de vêtements haut de gamme près de la Madeleine, aime arpenter les rues de la capitale. Mais aujourd'hui, pas de promenade le long des quais de la Seine. Son patron a encore exigé qu'elle termine son ouvrage avant de partir, la privant des précieuses minutes qui lui auraient évité de subir les transports bondés. C'est donc lestée d'un sac à dos bien trop grand pour elle qu'elle sort enfin des longs couloirs souterrains. Elle s'autorise une pause salvatrice lorsqu'elle aperçoit l'interminable boulevard Jean-Jaurès se dérouler devant elle. Ouf, elle ne sera pas en retard à son rendez-vous. Elle déteste cela…

Simon passe son temps dans les transports, entre ses deux adresses, une à Paris pour travailler, une en Suisse pour se ressourcer. D'ailleurs, les éléments semblent se conjuguer par paire, dans sa vie : deux téléphones, qui se provoquent en duel de priorités ; deux compagnes, l'une dont il peine à divorcer, l'autre

avec laquelle il tente de vivre une cure de jouvence ; et surtout deux grosses sociétés de tourisme à diriger, avec des objectifs à accomplir pour hier. C'est en taxi que Simon a décidé aujourd'hui de se frayer un passage dans le trafic parisien. Il tente de déployer sa longue silhouette tassée à l'arrière du véhicule en maugréant : il a mal. Il pense à son frère et à ses recommandations. Il lui a dit qu'il lui fallait prendre un peu de hauteur. De la hauteur sur quoi, au juste ? Avec son mètre quatre-vingt-dix, il a plutôt l'habitude de dominer son monde ! Au fond de lui, Simon le sait : son costume Armani a beau être flambant neuf, l'homme est usé. « Boulevard Jean-Jaurès, nous sommes arrivés, Monsieur. » Simon jette un billet froissé dans la paume de la main du conducteur et s'extirpe avec peine du véhicule. Nous verrons bien, après tout, pense-t-il en prenant la pleine mesure de l'expression « n'avoir rien à perdre ».

Amanda est une septuagénaire dynamique et extravertie, aux petits soins pour son entourage. La mamie gâteau dont les scénaristes s'inspirent pour incarner les seniors des séries familiales à succès. Le qualificatif parfait pour Amanda, c'est « trop » : d'origine italienne, elle agite trop les bras quand elle parle, elle rit trop fort, et se fait remarquer même à la terrasse des cafés parisiens pourtant rodés aux extravagances. Si vous êtes invité à déjeuner chez Amanda, il est conseillé de sauter le petit-déjeuner : elle aime régaler ses hôtes et décèle toujours chez ces derniers une petite mine amaigrie qui justifiera le chariot de mets qui atterriront dans votre assiette, et pour de longues heures au fond de votre estomac. Aujourd'hui, pourtant, Amanda n'a pas l'âme à jouer les maîtresses de maison. Elle s'affale sur un siège miraculeusement vacant au fond du bus qui la conduit chaque jour chez ses commerçants préférés. Elle regarde toutefois le paysage, puisque celui-ci sera

différent de sa routine quotidienne. Par réflexe, elle tente un petit sourire crispé à ses voisines de siège, ne récoltant qu'une indifférence générale. Tant mieux, pense-t-elle, je n'ai pas le cœur à écouter les bavardages de ces inconnues. Le seul à qui j'ai envie de parler, là, maintenant, c'est mon Michel. Et il n'est plus là… Amanda serre son sac à main contre son cœur comme pour remplir le vide. La petite mine amaigrie qu'elle distingue dans le reflet de la vitre du bus, c'est la sienne désormais. Elle sursaute en entendant une voix robotique s'échapper du haut-parleur suspendu juste au-dessus d'elle : « Boulevard Jean-Jaurès, terminus ! » Réanimée par une force surnaturelle, Amanda trotte à vive allure en surveillant les numéros qui s'affichent sur les devantures.

Marie, Simon et Amanda, vous ne les connaissez pas, évidemment, mais en découvrant ces portraits, vous pourriez retrouver un peu de vous ou d'une personne de votre entourage. Vous vous demandez certainement ce qui les relie, à part leur point de destination. Vous l'avez sans doute compris : cette adresse, c'est la mienne. C'est également le point de départ de ces merveilleuses rencontres, poignantes d'humanité, et de mon envie d'aborder avec vous la thématique commune qui unit, sans même qu'ils ne le sachent, cet homme et ces deux femmes.

Vous ne trouverez pas, au pied de mon immeuble, de belle plaque dorée sublimant mon patronyme et lustrée par un concierge consciencieux. Rien qui ne puisse rassurer Marie, Simon ou Amanda sur l'entretien qui les attend. Marie n'a personne autour d'elle à qui confier cette démarche particulière, Simon a été poussé par son frère à cette rencontre improbable, comme une sorte d'ultimatum à son scepticisme borné. Quant à Amanda, elle est venue me voir par le biais d'une association d'aide au deuil, et a

décidé de m'accorder sa confiance. Ses enfants et petits-enfants n'en sauront rien, elle souhaite rester forte à leurs yeux et continuer de les gaver avec amour chaque dimanche.

Depuis plus d'une dizaine d'années, j'accueille de parfaits inconnus dans mon cabinet pour un exercice tantôt décrié, tantôt encensé : une séance médiumnique. Si j'avais pu choisir un titre rutilant et provocateur à graver sur les fameuses plaques officielles, aux côtés de celles d'« avocat » ou de « rhumatologue », j'aurais assurément choisi « messagère du quotidien ». Pourquoi du quotidien me direz-vous ? Ne suis-je pas censée délivrer les messages de nos chers disparus et apporter des preuves de survivance ? Bien entendu. Et je m'y attelle avec passion et amour. Mais mes échanges avec Marie, Simon et Amanda ont bouleversé les contours de ma mission spirituelle.

*

Marie est encore essoufflée lorsqu'elle se présente. Je suis frappée par son allure gracile malgré l'imposant sac à dos qu'elle tient fermement par les lanières comme s'il risquait de s'envoler. Elle a des traits de jeune fille, même si des petites rides symétriques chiffonnent son regard et laissent supposer un grand épuisement. En écrivant son prénom ainsi que sa date de naissance sur ma feuille blanche, sorte d'introduction nécessaire à la lecture du chemin de vie que je m'apprête à lui faire, je remarque que nous sommes nées la même année.

– 1977, un excellent cru !, lui lançai-je en espérant voir un sourire illuminer son visage. Échec cuisant. Cela m'apprendra à vouloir nous comparer à un vin éventé par le temps. Je suis frappée par les innombrables présences invisibles qui accompagnent Marie, et qui

touchent immédiatement mon cœur de maman, bien au-delà de mon regard de médium. Des petites silhouettes de poupons me sourient et m'invitent à penser qu'elles sont au rendez-vous pour tenter d'apaiser leur créatrice malheureuse. Marie a perdu beaucoup d'enfants, sans doute encore *in utero*.

– Marie, je suis heureuse de vous dire…

Je n'ai pas le temps de terminer ma phrase qu'elle a déjà ouvert l'énorme sac qui lui cache à présent complètement le visage. Elle en déverse le contenu sur mon bureau. Je me recule *in extremis* pour éviter l'avalanche de formes qui roulent jusque sur mes doigts crispés par l'effet de surprise. Au contact des objets que je n'ai pas encore identifiés, pas de douleur, pas de pesanteur, juste une invasion de couleurs qui rendent bien fade le chêne clair de mon bureau. Le visage de Marie s'est transformé : elle vient de se libérer.

Je prends alors le temps de détailler son butin. Ce ne sont pas moins d'une vingtaine de jouets ou de vêtements de puériculture qui jonchent mon sous-main, dans un état quasi neuf. Une chaussette sans sa sœur, une poupée sans ses vêtements, une bottine en velours. Je regarde enfin Marie silencieusement. Je comprends qu'elle n'est pas là pour parler à ses défunts.

– Anne, j'ai besoin de comprendre. Voilà près d'une dizaine d'années que je mène un âpre combat contre moi-même, contre les cycles de la vie : celui de Mère Nature, celui du temps qui passe et qui court, celui de mon corps qui me prive de donner la vie. Dix années que ce dernier supporte des traitements lourds, des stimulations ovariennes, des fausses couches qui me laminent et m'usent. J'ai conscience que les petites âmes qui m'entourent vont bien, mais je suis là car je n'arrive pas à comprendre les signes. Regardez ce que je trouve sur mon chemin où que j'aille ! Aujourd'hui, ce petit ourson a quasiment roulé sous mes pieds. Je

les collecte, je les soigne et j'essaie de comprendre ce qu'on veut me dire. Anne, je vais avoir quarante-trois ans ! Je n'ai plus le temps pour la chasse au trésor… Je suis perdue.

Marie serre machinalement le corps du petit ours qui ploie sous la pression de ses doigts. Ce n'est pas une lecture de l'invisible qu'elle souhaite. Elle cherche à comprendre ce que ces symboles de maternité, disséminés sur sa route comme les cailloux du Petit Poucet, signifient. Faut-il comprendre qu'elle doit demeurer positive et espérer encore devenir maman ?

*

– Merde, j'ai oublié mon dossier avec les questions que je voulais vous poser dans ce fichu taxi !

Simon a l'habitude des contrariétés que son emploi du temps extensible lui cause. Il sait, en une seconde, transformer un juron en un sourire commercial et ravageur. Il tente une pose séductrice et langoureuse en plantant son regard dans le mien ; c'était sans compter le bruit assourdissant qu'il venait d'imposer à toute ma cage d'escalier en étranglant le bouton de ma sonnette.

– Entrez, Simon, je vous en prie !

L'homme est charismatique et il le sait. Je le vois s'avancer d'un pas décidé jusqu'au fauteuil que je l'invite à occuper. Je remarque toutefois une légère claudication dans sa démarche.

– Que puis-je vous apporter à travers cette séance ?

– Je vous avoue que je n'en sais absolument rien ! C'est mon frère qui m'a poussé à venir, il a déjà assisté à plusieurs de vos conférences… Je vous préviens, pour moi, les morts, ils sont bien là où ils sont. Mon job, ma vie, c'est ma réalité à moi ! Et je suis devenu…

– Numéro un dans votre domaine professionnel, oui, je le sais. Je lis la presse. Mais on vient rarement à moi quand tout va bien.

Je laisse un silence emplir la pièce pour donner à cet homme au regard bleu acier le temps de comprendre que je ne suis pas dupe.

– Bon, en fait, tout va mal. Après deux années à me battre pour sortir d'un divorce houleux, j'ai enfin remporté la partie grâce au meilleur des avocats. J'ai rencontré ma nouvelle compagne l'année dernière, c'était super, elle a voulu que je l'épouse à son tour, pour la protéger, elle et ses enfants, ce que j'ai fait.

– Félicitations !, lui dis-je, avec un petit air désappointé.

– Ne m'en parlez pas ! Vous savez ce qu'il m'est arrivé le jour du mariage ? Le chauffeur s'est trompé d'église ! J'étais occupé au téléphone à coordonner les derniers préparatifs, je lève la tête, et voilà que je me retrouve devant…

– Devant l'église où vous aviez épousé votre première femme, c'est bien cela ?

– Mais comment savez-vous cela ? C'est mon frère qui vous l'a dit ? Je suis finalement arrivé à la noce avec plus de deux heures de retard et un sermon du curé. Et ce n'est pas tout ! Le mois dernier, je devais signer un partenariat décisif pour la pérennité de mon entreprise. L'affaire du siècle. Levé aux aurores, comme d'habitude, j'ai été traversé par un courant électrique qui m'a fait tant souffrir que j'ai été incapable de faire le moindre mouvement. Je n'ai jamais pu signer le deal, et je suis en passe de perdre tout mon business.

Je ne peux m'empêcher un éclat de rire. « Une sciatique paralysante, c'est bien cela ? »

– Ah, je suis ravi de vous faire rire ! Oui, absolument, une sciatique. Kiné tous les mardis, et rien n'y fait. Anne, sans me vanter, je suis le meilleur dans mon domaine. Mais, en ce moment, tout ce que j'entreprends tourne court. Donc, vous allez me prendre pour un

fou, mais la raison de ma venue est simple, vous qui êtes un peu une sorcière, finalement, suis-je victime d'un mauvais sort ? Vous pouvez faire quelque chose pour moi ?

Sa voix tremble, mais j'ai devant moi un petit garçon apeuré dont le cœur s'est ouvert.

*

– Bonjour, Anne. Quel plaisir de pouvoir vous rencontrer enfin ! Que vous êtes jolie ! Vous ressemblez à ma petite-fille qui vit en Toscane ! Vous ne seriez pas italienne ? C'est très long pour obtenir une séance avec vous, mais je suis enfin là !

Une tornade, un tourbillon vient d'envahir mon bureau. Je ne sais pas dans quel ordre répondre aux questions d'Amanda qui a même oublié de respirer entre deux syllabes.

– Le plaisir est partagé, chère Amanda. Merci pour votre confiance. Je crois comprendre que vous êtes venue pour rentrer en contact avec votre cher disparu ?

Amanda, tout à coup submergée par les émotions, plonge le bras dans son sac à main et en sort, par je ne sais quel miracle de l'organisation féminine de l'espace, un grand cadre doté d'un petit chevalet, de sorte que je me retrouve face à face avec le portrait de Michel, son défunt mari, qui me sourit et semble s'excuser de me dire : « Que voulez-vous, c'est du Amanda tout craché ! »

– Je vous ai amené Michel. Il est parti voilà une petite année maintenant, après un long combat mené contre la maladie. Il a été très fort, vous savez, il a même refusé les derniers traitements. Michel, c'était mon pilier, le chef de famille. Après cinquante ans de mariage, il me préparait encore mon petit-déjeuner chaque matin !

– Je sais que vous garderez au fond de vous cette formidable histoire d'amour et que Michel continuera à vous accompagner et à vous aimer, lui dis-je, admirative de ce lien unique.

La tornade Amanda a tourné à la pluie tropicale. Elle peine à ne pas suffoquer, secouée par de violents sanglots. Les mouchoirs que je lui tends effacent son maquillage, son sourire de société et sa jeunesse réanimée par ces quelques artifices. Elle reprend un peu de contenance et agite les bras.

– Si je suis ici, chère Anne, c'est pour vous avouer que je suis fâchée avec Michel !

– Fâchée avec Michel ?

Alors que je cherche à remonter l'échelle du temps pour comprendre quelle rancœur anime encore Amanda malgré la terrible épreuve qu'elle vient de vivre, quand elle saisit la photo de feu son époux et scande en criant de plus en plus fort, comme pour s'assurer que le malheureux saura entendre ses plaintes :

– Michel, je suis fâchée contre toi !

Puis se tournant vers moi :

– Rien, Anne ! Depuis son départ, je ne vois rien. Pas un signe, pas une manifestation, rien. Comment est-ce possible ? Je suis croyante, vous savez ! J'ai vu la Vierge lorsque j'avais à peine dix ans, alors pourquoi Michel ne me laisse-t-il pas le voir ou l'entendre ?

Tandis qu'Amanda m'apostrophe et me sermonne comme si j'incarnais l'homme qu'elle aime, la sonnerie de son téléphone, au fond de son sac à main, retentit. Je reconnais aussitôt Mike Brant et son célèbre *C'est comme ça que je t'aime*. Oui mais voilà, Mike Brant n'en finit plus de nous aimer : il entonne, pour la quatrième fois, son refrain désespéré…

– Amanda, peut-être devriez-vous répondre, votre correspondant insiste !

Elle s'exécute machinalement, jette un coup d'œil sur son écran d'appel et s'écrie en décrochant :

– Ah, Michel – mon meilleur ami se prénomme aussi Michel, c'est drôle non ? – mais que diable veux-tu à la fin ? Je t'ai dit de ne pas me déranger, que j'avais un rendez-vous en fin d'après-midi !

J'entends une voix ensommeillée s'échapper du téléphone :

– Mais je ne t'ai jamais appelée, Amanda ! Je faisais la sieste.

Les messages et les réponses que j'ai apportés à Marie, Simon ou Amanda n'ont évidemment pas bouleversé leurs vies. Mais elles ont assurément bouleversé la mienne. J'ai compris qu'il ne suffisait pas de convoquer les forces de l'Au-delà et de mettre tous les protagonistes en présence, visibles ou invisibles, afin de les réunir l'espace d'un instant. Je mets mes facultés médiumniques au service de leur chagrin, de leurs interrogations et de leur besoin d'apaisement. Je deviens leurs yeux pour voir leurs défunts, leurs oreilles pour entendre leurs messages, leurs bras pour accueillir les témoignages d'amour et embrasser l'espoir de les retrouver quand l'heure sera venue. Mais cela revient à négliger une attente que mes trois consultants ont soulevée : les aider à devenir, à leur tour, des interprètes chevronnés des manifestations synchronistiques qui s'invitent dans leur quotidien.

Marie prie chaque matin pour qu'on lui permette d'accueillir la vie, Simon se débat pour ne pas faire faillite, et Amanda veut sentir que Michel est bien là, auprès d'elle.

*

– Chère Marie, je crois que le monde invisible a mis toute son énergie en mouvement pour vous accompagner, vous encourager sur ce long et tortueux chemin de résilience. Une peluche, c'est un hasard, deux une étrange récurrence, une dizaine, comme l'écrivait Paul Éluard, un véritable rendez-vous.

– Ne vous méprenez pas, Anne, je l'avais pris comme tel. Mais je ne comprends pas pourquoi toutes mes fécondations *in vitro* échouent. Mon corps n'en peut plus, et le couperet est tombé la semaine dernière : mon gynécologue ne m'autorise plus qu'à un dernier transfert d'embryons. Quelle qu'en soit l'issue, il ne me sera plus possible de réitérer l'essai, sous peine de mettre ma santé en danger.

– Je n'ai qu'une question à vous poser : quels sont les rapports que vous entretenez avec votre compagnon ?

Je la sens un peu décontenancée et son regard se durcit, comme pour m'avertir que je frôle le hors-sujet.

– Euh… En dix années, j'en ai eu trois. Bon, ce n'était pas le grand amour, mais ils étaient tous désireux de fonder une famille. J'ai rencontré mon dernier compagnon il y a quelques mois, sur un site internet. Il sort d'une séparation douloureuse, il ne voit que peu ses enfants ; ce parcours pour recréer une famille, c'est un peu une thérapie, pour lui.

– Ces couples fragiles qui finissent irrémédiablement par un échec, n'est-ce pas là le schéma que vous avez une peur absolue de reproduire, Marie ? Celui de vos parents et de toutes les femmes de votre famille ?

Marie écarquille grand les yeux.

– Vous voulez dire que je me suis focalisée sur mon désir d'enfant en pensant que l'on me punissait de ne pas en avoir ?

– Ces peluches sous vos yeux, chaque jour, Marie, c'est l'illustration que l'Univers a trouvée pour vous dire que la question essentielle à se poser n'est pas : vais-je avoir un enfant ? mais *pourquoi* est-ce que je néglige toujours le choix d'un véritable compagnon à mes côtés ? C'est à la femme amoureuse qu'il s'adresse, pas à la future mère que vous serez si vous faites le bon choix.

– Ne pas avoir d'enfant serait une forme de protection pour moi-même ?

Marie avait prononcé cette phrase sur le ton de l'interrogation. J'entendais qu'elle l'avait répétée au fond d'elle avec conviction.

– Je vous souhaite, pour cette dernière FIV, de ne jamais douter de vous-même. Je vous encourage, surtout, à prendre le temps qu'il faudra pour choisir celui qui vous accompagnera avec amour sur la route de la parentalité.

– Cet enfant, ce n'est donc pas moi qui l'attends, n'est-ce pas ? C'est lui qui m'attend…

J'ai reçu, il y a quelques mois, un joli faire-part de Marie qui venait de donner naissance à une petite Victoire.

*

Alors que Simon tente péniblement de trouver une assise confortable, son regard s'anime lorsque je lui demande d'une petite voix fluette :

– Connaissez-vous les fameux vœux du Dalaï-lama pour mener à bien sa vie : « Souvenez-vous que de ne pas obtenir ce que vous voulez est parfois un merveilleux coup de chance » ?

– Seriez-vous en train de me dire qu'être à deux doigts de rater sa noce et manquer une signature qui pouvait sauver mes entreprises, c'est une bénédiction ? Je sais bien que les bouddhistes acceptent l'idée de la souffrance, mais je ne vois pas en quoi être tordu de douleur me ferait avancer. On m'en veut, j'en suis certain ! On me jalouse. Vous connaissez le monde des affaires…

– Et si le hasard de ce chauffeur qui s'est trompé de route et vous a ramené fortuitement devant l'église de votre passé était, au sens propre, un retour en arrière ? Vous vous êtes heurté, avec votre première épouse, à des comportements agressifs et disproportionnés, des jalousies qui vous ont rongés, votre famille et vous. Aujourd'hui, vous savez que votre compagne actuelle souffre d'un cruel manque de confiance en elle, qu'elle supporte de moins en moins vos longs déplacements et vos voyages exotiques, qu'elle commence déjà à fouiller dans vos affaires, à regarder les messages sur votre smartphone…

– Je sais, j'ai d'ailleurs caché notre rendez-vous : vous êtes trop blonde pour ma femme ! Mais je voudrais exorciser les années de conflit et de souffrance que j'ai connues avec mon ex-épouse. Je suis allé bien trop vite, nous n'avons pas pris le temps de nous découvrir suffisamment…

– Vous voyez bien que le seul jeteur de sorts qui veut exorciser ses fantômes, c'est vous-même, Simon. Nous sommes nos pires bourreaux. Emplis de culpabilité, de remords, nous reprenons les chemins d'erreur de jadis, car ce sont les seuls que nous connaissons, finalement. L'Univers a tenté de vous alerter en vous faisant emprunter, au sens propre, la même route que quelques années plus tôt.

– Je suppose donc que pour mon business, je dois également remercier votre pote l'Univers qui m'a plié en deux avec cette

sciatique invalidante !

– Savez-vous ce qui différencie, selon moi, un très bon homme d'affaires d'un excellent homme d'affaires ? Au-delà de ses diplômes, de ses compétences, et des collaborateurs dont il sait s'entourer ? Son flair ! Autrement dit, sa capacité à faire appel à son intuition. Vous avez toujours tenu seul votre entreprise, sans investisseurs ni appels de fonds. Ce qui vous a motivé, dans cette décision, ce n'est pas votre flair mais votre peur : elle vous a tellement dominé qu'elle vous a fait ployer. *Mon pote l'Univers*, comme vous dites, n'a fait qu'illustrer, avec une touche d'humour un peu sarcastique, votre état d'esprit. Vous êtes un battant, Simon, vous allez utiliser ce temps d'immobilisation pour repenser votre stratégie et conserver votre indépendance.

– Merci de m'avoir achevé avec ce coup de pied au derrière ! Si je continue de filer votre métaphore, j'allais vendre mon âme au diable… Il n'y a pas de plus grande solitude que celle que l'on ressent au moment de prendre de grandes décisions. J'ai voulu à tout prix m'entourer, tant dans mon business que dans ma vie personnelle, par peur de l'échec. Mon père n'a cessé de me répéter, au moment où il m'a légué cette entreprise, que je devais être à la hauteur de notre nom et de notre réputation. Pris de vertiges par ses exigences, je suis finalement tombé dans des abîmes de doutes. Mais je vais me relever, et faire ce qui me semble juste.

Simon a eu besoin d'une année entière pour redresser, tant bien que mal, sa société, bouleversée de surcroît par la pandémie mondiale. Il a mis autant de temps à se relever de ses problèmes de dos, et a dû verser de conséquents honoraires à son avocat pour tenter, cette fois, un divorce équitable, et mettre un terme à son second mariage qui n'aura pas duré, lui, plus d'une année.

*

– Anne ! C'est un miracle ! Ces appels téléphoniques ne proviennent pas de mon vieil ami Michel, il était en train de dormir ! C'est MON Michel qui essayait de me joindre ! Comment est-ce possible ? Je guette tous les jours sa présence, je regarde la forme des nuages dans le ciel, je suis attentive aux bruits de la maison, mais rien. Qu'elle est douloureuse, l'absence de l'homme qu'on aime !

– J'aimerais vous répondre qu'il suffit de demander à votre époux de se manifester pour qu'il le fasse dans l'instant, mais je ne le peux pas. Pour qu'il puisse communiquer avec vous, il faut qu'un instant privilégié se crée entre lui et vous. Un moment suspendu où vous serez un peu libérée de votre chagrin, ou encore sortie de vos repères habituels de façon à ce que votre envie naturelle de contrôler la situation soit contrainte par la nouveauté. C'est précisément ce qui vient de se produire. Votre présence, aujourd'hui, face à moi, dans ce cabinet que vous découvrez pour la première fois, vous a quelque peu déstabilisée. Vous étiez tellement occupée à m'exprimer votre détresse, que vous avez laissé Michel se manifester par la voie qu'il préférait. Le téléphone, c'est représentatif de votre mari ?

– Mais oui, Michel était notaire, il a passé sa vie professionnelle au téléphone ! Et vous allez rire, il avait tellement de travail qu'il a usé plusieurs secrétaires. Elles partaient toutes, les unes après les autres, épuisées par la somme de travail à abattre ! C'est moi qui ai fini par occuper ce poste pour aider mon mari. Je l'appelais à tout bout de champ, même pour le prévenir qu'il était temps d'aller déjeuner. Je reconnais qu'il était plus à l'aise pour gérer des mandats que pour me faire des déclarations romantiques !

– Je n'imaginais pas Michel dessiner un cœur dans le ciel ou déposer une rose sur votre oreiller pour vous manifester sa présence. Les défunts signent leur présence, ils laissent une empreinte dans le réel en fonction de l'être qu'ils étaient, de leur personnalité, unique. Avec cet appel, aujourd'hui, Michel vous a démontré qu'il dirigeait toujours les opérations !

Nous éclatons de rire toutes les deux. Amanda repose le cadre de Michel qu'elle avait pris en otage dans ses bras. Je la sens apaisée.

– Ne disputez plus Michel, Amanda ! Il a entendu votre demande, il a rassemblé toute son énergie et attendu la meilleure configuration, le meilleur *modus operandi* pour vous dire qu'il était là, juste au fond de votre sac. Disons que j'ai servi d'intermédiaire à votre premier rendez-vous.

– Mais quelle est la recette, Anne ?, me demande Amanda en chuchotant, comme si j'allais lui délivrer un secret caché dans une page d'un vieux grimoire.

– La seule, c'est l'amour ! C'est l'unique carburant qui permet aux êtres séparés par la mort terrestre de se retrouver.

Amanda a pris l'habitude de m'envoyer des cartes postales de chacune de ses destinations estivales sans jamais évoquer les endroits qu'elle a visités. Elle me fait part des signes qu'elle a reçus de son cher Michel, qui l'accompagne dans ses pérégrinations, et termine tous ses courriers par : « Vous viendrez bientôt déjeuner à la maison ! »

Prisonniers de notre caverne

J'aimerais vous dire qu'après avoir refermé la porte de mon cabinet, Marie, Simon et Amanda ont pu partager le fruit de leur expérience sémiologique avec leurs proches, qu'ils ont pu laisser

éclater leur joie d'avoir reçu des manifestations étonnantes dans leur quotidien pourtant borné à leurs habitudes. Mais vous savez bien que, dans notre société occidentale imprégnée de judéo-christianisme, il n'est pas bon d'aller cueillir des fruits dans des jardins inconnus.

Si mon travail d'accompagnement dans le deuil, en tant que médium, occupe une très grande place dans mon agenda, l'autre thématique qui préoccupe tout autant mes consultants, c'est justement l'interprétation et la compréhension de ces signes.

La première question que l'on me pose est la suivante : « Mon proche disparu va-t-il bien ? » La seconde est irrémédiablement : « Était-ce bien un signe de lui que j'ai reçu ? » ou « J'ai l'impression de recevoir des signes concernant les choix que je m'apprête à faire dans mon existence, est-ce juste ? »

Je vous rappelle que, dans l'histoire de France, ceux qui ont prétendu recevoir des signes de l'Au-delà ont connu une fin funeste… Je pense notamment à une paysanne de dix-sept ans à Domrémy qui prétendit recevoir des signes des saints Michel, Catherine d'Alexandrie et de Marguerite d'Antioche lui intimant l'ordre d'aller délivrer la France de l'occupation anglaise : Jeanne d'Arc périt sur le bûcher à Rouen, après avoir été accusée d'hérésie.

De même, dans l'expression ultime de leur foi et de leur piété, les martyrs, par sacrifice pour la cause à laquelle ils se sont dédiés, ont été mis à mort ou torturés. Quand on sait qu'étymologiquement, le mot « martyr » vient du grec et signifie « le témoin », on comprend qu'il n'est pas bon être l'intermédiaire entre le monde visible et invisible à la barre du jugement humain…

Dans quel monde étrange vivons-nous donc ? Je rencontre chaque jour des hommes et des femmes qui souffrent de ne plus rien voir, de ne plus rien entendre ni ressentir. Ils sont pourtant

équipés des meilleurs outils de communication et de vision que l'humanité n'ait jamais possédés ! Avec nos smartphones, nous pouvons, en un seul clic, nous parler, nous aimer, nous retrouver, nous quitter, nous cultiver ou nous assommer de jeux. Tout ceci le nez penché sur son écran – difficile alors, je vous l'accorde, de remarquer une plume posée sur le rebord d'une fenêtre ou un prénom inscrit fortuitement sur un mur dans la rue.

La magie du divin a quitté progressivement le quotidien, alors que nous nous abreuvons de séries où le fantastique domine, où l'on mesure son pouvoir sur plusieurs vies dans de célèbres jeux vidéo dont les ados et les adultes raffolent. La fameuse 3D nous fait frissonner au cinéma, alors que nous ne maîtrisons plus du tout notre univers multidimensionnel…

Tout cela donne lieu parfois à des situations cocasses dans mon cabinet. Comme avec Arlette qui, chaque fois qu'elle vient me voir pour évoquer son défunt mari, me demande un temps de préparation avant que je ne lui délivre des messages médiumniques.

– Attendez, Anne ! J'ai apporté comme d'habitude mes loupes et mes appareils auditifs : je ne veux pas manquer une manifestation de mon Raymond !

– Mais, Arlette, je suis juste en face de vous ! Et je parle relativement fort, non ?

– Raymond était dur de la feuille, comme moi, et puis, depuis son départ, je le guette au cimetière, mais je ne vois que ma grosse voisine qui arrose les fleurs de ses décédés, toujours le même jour que moi, c'est agaçant ! Allez-y, Anne, il est là, mon Raymond ?

J'ai aussi une pensée amusée pour Thibault, jeune geek de vingt-deux ans, qui est arrivé, un petit matin de juillet, alors que les

températures grimpaient déjà fortement, un bonnet vissé sur la tête.

– Vous avez froid, Thibault ? Il fait au moins vingt-cinq degrés dans mon bureau et je me bats avec mon climatiseur pour ne pas étouffer au cours de cette longue journée qui s'annonce…

– Non, j'ai chaud, aussi, mais dans la série *Ghost Whisperer*, lorsque le médium rentre en contact avec un défunt et que ce dernier envoie des signes de l'Au-delà, cela provoque du vent et un souffle dans toute la pièce… Je tiens à mon brushing !

Pas d'effets spéciaux, pas de spectacle grandiloquent. Hélas pour Thibault, le monde dans lequel nous vivons est finalement le plus formidable des supports pour la manifestation des signes. De l'extraordinaire dans l'ordinaire, en quelque sorte.

Nous sommes un peuple de Latins qui a tout perdu de l'influence de nos ancêtres, les Romains et les Grecs, notamment l'importance que ces derniers apportaient à l'examen des présages afin de pouvoir anticiper l'avenir. Il existe peu de civilisations qui ont par ailleurs été aussi dépendantes de la divination que celle des Romains de l'Antiquité. Qu'il s'agisse de leurs affaires privées comme de leurs affaires publiques, le monde, et plus particulièrement la faune, la flore et les quatre éléments constituaient un matériau sacré pour la divination.

Si j'avais dû vivre à cette époque, je ne sais pas quelle fonction j'aurais pu endosser, tant les postes à pourvoir étaient nombreux, et surtout reconnus de tous. Romulus et Rémus, les fondateurs de Rome, sont considérés comme les premiers augures, c'est-à-dire des prêtres chargés d'interpréter les signes livrés par les oiseaux. Numa Pompilus, deuxième roi de Rome, fonda même le collège des augures, une sorte d'école de sorciers armés d'un bâton augural.

Selon le nombre d'oiseaux que vous observiez dans le ciel, particulièrement les rapaces, vous pouviez ou non prédire l'arrivée ou l'issue d'une guerre. Si un coq chantait pendant un banquet, il fallait aussitôt cesser de manger et se livrer à des exhortations puissantes pour conjurer le mauvais sort. Trébucher au moment de sortir de chez soi laissait à penser qu'il valait mieux reporter son départ.

Qui étaient les principaux acteurs de la divination ? Ceux qui, comme l'observe Platon, pratiquent une divination intuitive, et les autres qui pratiquent celle qui relève d'un art qui a ses règles fixes. La prêtresse de Delphes, ou celles de Dodone, se livraient à des cérémonies rituelles, en transe, et au service des messages que les dieux allaient délivrer par leur entremise. Aidées par l'éthylène, un neurotoxique puissant et euphorisant qu'elles respiraient dans le fond de l'adyton… Mais ça, les textes ne le précisent pas.

Autour des augures, gravitaient également les devins et les sorcières, les techniciens de la divination, comme les haruspices, qui prétendaient lire l'avenir dans le comportement ou les entrailles d'animaux, principalement le foie. En cas de doute persistant, vous pouviez corroborer les informations recueillies avec les augures qui décryptaient l'avenir en observant la forme des éclairs, ou vous confier à un astrologue. Pour vous défendre, une seule issue : réaliser des sacrifices, rémunérer un jeteur de sorts et une sorcière.

La peur étant un formidable levier pour rendre indispensables les interventions des augures en tous genres, Rome vit bientôt l'installation de charlatans au sein même des grandes familles. Ces vendeurs d'illusions avaient transformé une croyance ancestrale en marché très lucratif jusqu'à ce que le christianisme sonne le glas : peine capitale pour tous les devins qui croisèrent la route de l'empereur Constance II. Si le mot « divination » signifie « accomplir

des choses divines », il n'était plus question pour l'humain de se les approprier et il fallut laisser la volonté divine se faire « sur la Terre comme au Ciel ». La chasse aux sorcières, aux prédicateurs, parfois même aux bigots, autrement dit à tous ceux qui prônaient l'idolâtrie de quelque culte que ce soit, faisait rage.

Entre la perception des signes qui nous entourent, l'émerveillement qu'ils suscitent, et la crainte qu'ils peuvent inspirer, la frontière est infiniment mince : une zone obscure qui sommeille désormais dans l'inconscient collectif. C'est un débat intérieur qui agite notre raison contre nos peurs, qui prépare l'armistice entre l'hémisphère droit et l'hémisphère gauche du cerveau. Cette frontière nous permet d'accéder à un pays qui nous dédouane de toute certitude, dans lequel nous nous réfugions lorsque nous sommes en proie au doute. Ce pays s'appelle « Et si c'était vrai ». Savez-vous comment on fige le mystère qui émane d'un signe qu'on reçoit ? En l'érigeant au rang de superstition. Il est tellement plus simple de conférer un pouvoir surnaturel au signe lui-même qu'à un possible émetteur de ce signe. Au pays des récits effrayants qu'on nous chuchote dès notre plus tendre enfance et des rumeurs qu'on relaie, on conjure le sort en exterminant tous les chats noirs que l'on croise, on évite les échelles sous lesquelles passer et on raye tous les vendredis treize de notre calendrier personnel.

Ainsi, tous ceux qui voudraient tenter de percer les secrets de la sémiologie sous un angle plus spirituel sont tantôt moqués, tantôt taxés de douce folie. Toutes les fois où j'ai entendu cette phrase « Fais attention, ça, c'est un signe ! », elle était lancée sous forme de boutade, ou à la fin de repas bien arrosés par un maître de maison, fier de son bon mot.

Je m'émeus ou je m'agace parfois, je vous le confesse, de ceux ou celles qui ont décidé de piocher dans le grand dictionnaire des symboles et des signes pour en faire une météo quotidienne quelque peu outrancière.

« Anne, ma journée sera bonne, car j'ai vu trois papillons et deux coccinelles à ma fenêtre ce matin ! J'ai ramassé trois cailloux en forme de cœur, c'est formidable, non ? ». J'aimerais vous dire que j'ai inventé cette formule pour illustrer mon propos, ou forcé le trait, mais il n'en est rien. Cet excédent de moissons positives de signes quotidiens revient finalement à cultiver une superstition active et orientée vers une méthode Coué qui interdit tout mauvais présage. Quand on sait que le mot « superstition » veut dire « croyance frauduleuse ou aveugle », je repense à Arlette qui, chaussant ses loupes, finit par ne plus rien voir du tout.

Sommes-nous donc devenus de grands aveugles face à ce monde qui nous entoure et nous bercerait d'illusions ? C'est la fameuse allégorie de la caverne de Platon à laquelle je pense immédiatement lorsqu'il s'agit d'aborder le thème de la condition humaine. Elle est développée dans le Livre VII de son ouvrage *De la Républiqu*e, dont Cicéron dira qu'il s'agit par ailleurs du premier livre de philosophie politique grecque.

Platon a consacré toute sa vie à la philosophie sous le haut patronage de Socrate, d'abord, puis en se faisant le transcripteur de la philosophie de son maître dans de nombreux ouvrages, avant de poursuivre sa quête vers la connaissance en créant sa propre école, l'Académie. Il compta de nombreux et illustres élèves, dont Aristote, et enseigna pendant près de quarante années.

Le mythe de la caverne tend à montrer la médiocrité de la condition humaine afin de pouvoir nous en libérer. C'est à la fois une

volonté d'éclairer ses congénères et le constat acerbe des décisions mortelles prises au nom des croyances. Il vibre toujours par son étonnante modernité.

Cette grotte souterraine n'a pour toute lumière qu'un feu allumé se trouvant derrière les prisonniers, à une bonne distance, de telle sorte qu'ils ne perçoivent que les ombres projetées contre les parois de la grotte. Un mur a été érigé entre les captifs et le feu. Derrière ce mur, des hommes silencieux, tels des marionnettistes, s'affairent à un défilé de formes, de figurines ou d'objets de toutes sortes. Au-delà de symboliser notre enfermement, notre médiocrité et notre ignorance, Platon constate que cette caverne qui nous abrite depuis l'enfance est notre seule connaissance de la vie, notre perception du réel. Ces ombres qui défilent sous nos yeux ne sont évidemment pas les objets ou les figurines en elles-mêmes. Elles sont immatérielles, instables et déformées ; elles symbolisent les idées reçues ainsi que les fausses croyances que nous considérons par ailleurs comme nos vérités intangibles.

Pour Platon, les marionnettistes qui participent à entretenir ce mirage sont des hommes politiques, qui font tout pour maintenir le peuple dans l'illusion, ou des sophistes, c'est-à-dire de faux philosophes, qui enseignent l'art de la manipulation par le langage et les discours creux. Les marionnettistes du monde contemporain, ce sont finalement vous et moi. Que vous soyez un parent dans le souci de l'éducation de vos enfants, un enseignant sur les bancs de l'école, ou un ami qui ne veut que le bien de ses proches, vous distillez, avec la meilleure foi du monde, vos croyances personnelles, vos peurs, vos doutes auprès d'un auditoire tout acquis à votre cause.

Combien de nos phrases de parents commencent ainsi : « Il ne faut jamais… », « Tous les enfants sont… », « Il n'est pas bien

de… » ? Vous projetez, tel le marionnettiste de votre progéniture, votre vision personnelle du monde, héritée elle-même du legs ancestral, culturel et pédagogique de votre lignée familiale.

Croyez-vous obtenir le sourire d'un enfant le jour où vous lui racontez que le père Noël n'existe pas ? Vous rétablissez, malgré cela, une vérité après avoir alimenté pendant des années une légende populaire. Pensez-vous apporter de la sérénité à un athée en lui parlant de votre vision de l'Au-delà et d'une vie après la mort terrestre ? Bien loin de le rasséréner, vous allez provoquer sa colère et ses critiques.

Dans le mythe de la caverne, le philosophe qui vient à la rencontre des prisonniers va bouleverser leurs croyances antérieures, afin d'instaurer le doute dans leurs certitudes. Il tente de les amener du monde sensible vers le monde des idées. Comme l'écrit Platon, « [v]oilà précisément […] l'image de notre condition. L'antre souterrain, c'est ce monde visible : le feu qui l'éclaire, c'est la lumière du soleil : ce captif qui monte à la région supérieure et la contemple, c'est l'âme qui s'élève dans l'espace intelligible. »

L'idée est de pouvoir nous détacher du monde sensible auquel nous appartenons, de nos sens donc, et d'atteindre « l'essence de chaque chose au moyen de la raison et ne pas s'arrêter avant d'avoir saisi par la seule intelligence l'essence du bien ». Il faut, avant de pouvoir évoquer la chaleur de ses rayons, voir la lumière du soleil en face. C'est, selon Platon, le rôle essentiel du philosophe, par la dialectique ascendante à laquelle il se livre, et qui lui permet d'accéder à l'idée du Bien. La dialectique descendante lui permettra ensuite de décider de ce qui sera juste afin d'instaurer la justice et la paix dans la cité.

J'aime faire le lien entre cette dialectique et les manifestations de signes de l'Au-delà qui jonchent le quotidien. Ils ne sont en effet que

les ombres imparfaites que nous envoie le grand marionnettiste dans notre caverne, qui est un support limité et figé. Selon le destinataire auquel s'adresse ce signe, lui-même prisonnier de son univers de vie familial, culturel et spirituel, il n'en percevra pas l'idée elle-même, mais l'inclinaison ou la représentation que son univers référentiel lui aura indiqué. Quand on sait que le mot « marionnette », qui était initialement « mariolette », désignait des petits objets iconiques de la Sainte Vierge, mais que l'usage du mot transporta le nom de ces effigies sacrées à une autre espèce de figure plus profane, à savoir des figures de spectacle et d'amusement, j'y vois là un clin d'œil à cette transformation du sacré au contact du monde sensible dans lequel nous vivons, ou dans lequel nous jouons par ailleurs un rôle, comme au théâtre.

Un signe, ce serait donc un rai de lumière dans l'obscurité terrestre, une part de sacré sous nos yeux conditionnés à ne plus rien voir, si ce n'est ce que nos ancêtres, nos enseignants ou nos dirigeants nous ont préparés à recevoir comme des vérités. C'est Victor Hugo, dans ses *Contemplations*, qui met en exergue le monde de ténèbres dans lequel l'homme est plongé. Il pleure sa fille Léopoldine, disparue tragiquement suite à un accident de barque à Villequier alors qu'elle n'avait que dix-neuf ans. Son poème, qui porte le nom du lieu maudit, me saisit d'émotion chaque fois que j'entonne les premiers vers. Il ne s'agit plus de l'homme politique ni de l'écrivain, mais d'un père terrassé par la douleur d'avoir perdu sa fille dans ce qu'il appelle un « gouffre liquide ». Il n'a toutefois jamais perdu sa capacité à transcender les épreuves et à savoir distinguer, dans les noirceurs de sa condition humaine, la présence de l'invisible sur chacun de ses pas terrestres.

« Nous ne voyons jamais qu'un seul côté des choses ;

L'autre plonge en la nuit d'un mystère effrayant.
L'homme subit le joug sans connaître les causes.
Tout ce qu'il voit est court, inutile et fuyant[1]*. »*

Le poète est celui qui nous invite à regarder différemment le monde qui nous entoure, à dépasser nos peurs, nos incertitudes. Comme l'écrit encore Hugo, l'homme « n'est rien qu'un jonc qui tremble au vent ». Percevoir les signes de l'Au-delà, c'est se rendre disponible à l'idée du divin, du sacré ; c'est côtoyer les notions d'infini, d'absolu, alors que nous comprenons, dès notre plus jeune âge, le contrat éphémère que nous avons signé en prenant vie. Le poète est la fonction moderne du philosophe platonicien qui tente de tourner notre regard vers une autre direction, grâce à la beauté des mots. Les *Contemplations* sont les œuvres poétiques vers lesquelles mon cœur se tourne lorsque je doute et que j'ai envie de m'enfermer dans ma caverne. Mes années en tant qu'enseignante m'ont permis d'acquérir ce réflexe d'aller toujours chercher le sens premier des mots, comme un trésor qui nous aurait échappé à force de trop le chercher. Contempler vient du latin et signifie « être avec une petite portion de ciel ». Bien modestement, j'ai toujours tenté de reconnecter mes consultants, dans ma mission de médium, à cette portion divine que nous ne savons plus voir.

De la colère à la résilience, le règne des émotions

Quel genre d'amoureux êtes-vous ? Vous laissez-vous bercer par la douceur des premiers échanges timides d'une séduction à peine dévoilée ou, au contraire, êtes-vous un conquérant de nouvelles terres promises qu'il vous faut découvrir passionnément ?

En ce qui me concerne, j'ai suivi la lignée des femmes de ma famille qui ont toutes été les héroïnes malheureuses de mariages soit décriés, soit funestes. Le malheur amoureux a précipité ma grand-mère maternelle jusqu'au bas d'une falaise ; il a rendu veuve ma grand-mère paternelle qui a aimé un homme engagé dans la résistance, transmué en fantôme de mari toute sa vie. Mes parents ont célébré leur mariage avec, en tout et pour tout, cinq invités, parce que leur union n'avait pas été validée par le jury parental. Comment ne pas devenir soi-même une héroïne de Sophocle, Corneille ou Anouilh ?

Pour les amateurs d'astrologie, ma propre mère était Bélier ascendant Bélier. Un condensé de Vésuve et d'Etna qui serait rentré en effusion sur des terres normandes. Un seul mot vous condamnait, une bonne nouvelle vous couronnait. Si mon jeune frère avait encore fait une bêtise, je pouvais observer ma tendre génitrice, du haut du cinquième étage où nous habitions, jeter ses affaires sales par la fenêtre en hurlant de colère. Les petits copains de quartier de mon frère la surnommaient « Schwarzenegger en jupe ». Je n'ai pas dérogé à la transmission féminine et j'ai emprunté, avec un véhicule de fortune, les chemins escarpés de l'amour. J'ai cru ainsi bon de quitter mon premier amoureux le jour des résultats du baccalauréat parce qu'il m'avait brisé le cœur ; j'ai choisi le second à des centaines de kilomètres pour tester son engagement. Je dois vous faire cette confession : à mes issues prétendument cathartiques, les hommes ont répondu avec davantage de violence et de rage.

Inconsolable et à bout de souffle de vivre une énième histoire amoureuse qui me décevait tant sur le fond que sur la forme, je reçus, un petit matin plus engourdi qu'un autre, un message de mon

compagnon empreint d'agressivité et d'humiliations. Il n'en fallut pas plus pour réveiller la colère de la Némésis qui sommeillait en moi. Je n'avais plus de mots à éructer, plus de vaisselle à jeter, mais une envie irrépressible de mettre un terme à des années de souffrance. S'éloigner le plus loin possible de cet homme était devenu mon leitmotiv.

Si mes ancêtres avaient accompli des miracles de bravoure, je n'allais pas déroger à la règle ! J'ai donc pris l'expression au pied de la lettre et me retrouvai tout naturellement au comptoir de l'agence d'un grand voyagiste afin de réserver deux billets, le second étant pour ma fille à peine âgée de cinq ans, pour la destination la plus lointaine que j'allais trouver sur les kakémonos promotionnels.

La République dominicaine : parfait ! Dix heures d'avion, des décors paradisiaques, une liberté retrouvée, j'arborai donc un grand sourire face à l'agent de voyages qui me délestait pourtant douloureusement de mes économies estivales. Je lisais cependant la veille encore cet adage qu'une amie thérapeute rappelait aux patients dans sa salle d'attente : « Tu mesures ton degré de liberté au poids des choses que tu transportes. »

J'ai tenté de négocier le prix de cette liberté au comptoir d'Air France en m'acquittant d'une taxe pour excédent de bagages. Je ne sais pas si ces derniers manquaient d'exploser par le nombre de paires de chaussures que j'avais emportées ou par la colère et la déception qui alourdissaient mon cœur au moment du décollage…

Nous prîmes place, Stella et moi, dans l'Airbus, dont la taille imposante contrastait avec l'étroitesse légendaire de nos sièges. Je la laissai profiter du panorama en l'installant près du hublot, car il s'agissait de son premier voyage aérien. Tandis que je prenais une grande inspiration libératrice et que je me réjouissais de pouvoir

laisser enfin derrière moi mes chagrins, ma voisine me salua. Une toute petite silhouette, dynamique, agitait ses longs cheveux noirs tout en se débattant avec de nombreux sacs plastiques qu'elle tentait d'introduire avec elle dans l'espace minuscule qui lui était imparti. Je fus immédiatement touchée par le regard généreux de cette femme. Comme elle s'adressait à moi en espagnol, je compris qu'il s'agissait d'une Dominicaine qui rentrait chez elle. Je m'excusai en français, puis en anglais, de ne pouvoir dialoguer avec elle, n'ayant jamais ouvert un seul manuel d'apprentissage hispanique. Elle ne sembla toutefois pas contrariée par cette impossibilité de dialogue, et loin de mettre un terme à notre échange, plongea la main dans un de ses sacs qu'elle tenait comme des trésors inestimables. Je découvris alors un nombre impressionnant de prospectus et de tickets d'entrée de tous les monuments de Paris qu'elle avait visités. Je ne pus m'empêcher d'esquisser une grimace nerveuse : à quelques instants de m'inonder l'esprit de la beauté des paysages des Caraïbes, voilà que je revisitais Paris, sa tour Eiffel, son musée Grévin et le Trocadéro !

Le petit diable qui occupe l'hémisphère gauche de mon cerveau m'encouragea à la congédier fermement ; après tout je ne la connaissais pas. Le petit ange qui virevolte dans l'hémisphère droit de mon cerveau me tapa sur l'épaule et me rappela ce que je savais déjà : cette femme avait sans doute réalisé son rêve en venant à Paris. Ce voyage était sûrement celui de sa vie. Elle était fière de partager avec moi les souvenirs qu'elle garderait pour toujours au fond d'elle. Qu'est-ce qu'il m'agaçait, cet ange ! Il avait raison et je le savais.

Je continuai donc mon jeu d'onomatopées ridicules, seul langage universel pour témoigner à cette femme mon enthousiasme relatif, attendant le décollage avec impatience. Alors que je me sentais

perdre patience, la jolie Dominicaine plaça, à quelques centimètres de mon nez, une affiche promouvant une exposition picturale ; l'unique chose que je distinguai clairement, c'était le prénom inscrit dans une police de caractères qui n'excluait ni les myopes, ni les presbytes : RAFAEL.

« Ah non ! », m'écriai-je. C'était le prénom de l'homme que je tentais de fuir. Il s'était invité jusque dans l'avion. Exactement la même orthographe. La brochure avait en effet été traduite en espagnol et le traducteur s'était permis cette liberté avec le prénom du célèbre peintre Raphaël. J'étais en train de maudire tous les peintres de la Renaissance lorsque je compris le signe extraordinaire que je venais de recevoir, délivré par une parfaite inconnue avec laquelle j'avais échangé à grands coups de mouvements de bras. Je lui pris les deux mains et lui soupirai un « *gracias* », qu'elle inonda de la lumière de son sourire en retour.

Notre séjour s'était ensuite déroulé en tout point rempli de surprises, bonnes et mauvaises : l'Univers, qui avait sans doute estimé que je n'avais pas suffisamment compris la nécessité de me délester de mes problèmes plutôt que de m'en éloigner, crut bon pousser la métaphore jusqu'à égarer une de mes fameuses valises, pour me la rendre le dernier jour de mon escapade dominicaine. J'y ai toutefois rencontré des personnes touchantes, avec lesquelles j'ai pu mettre en sommeil le volcan de colère qui m'avait submergée au point de prendre des décisions excessives et absurdes. Je n'ai jamais revu ma petite voisine de vol, mais je pense à elle lorsqu'il m'arrive de vouloir soulever une tornade…

J'essuie souvent les moqueries de mes amis lorsque je leur raconte mes péripéties ; ces derniers me demandent, à juste titre, si j'ai laissé la médium que je suis au fond de sa valise au moment

d’écouter mon intuition et de me laisser guider par mes facultés extrasensorielles. Ils ont tout à fait raison. Je leur rappelle la frontière essentielle qui distingue la femme passionnée et engagée de la médium qui rentre en communication avec le monde invisible : je ne suis plus qui que ce soit à cet instant précis, je deviens un simple outil de communication. La part fondamentale de mon métier réside en la capacité à sortir du champ émotionnel pour se mettre au service des messages que je vais alors distribuer. Vous ne verrez jamais votre facteur pleurer en vous remettant une mise en demeure, ni fêter avec vous la notification d’une promotion professionnelle ! Il remplit sa fonction de messager, et c’est justement ce que vous lui demandez.

À quel moment devenez-vous un piètre conseiller pour vos amis ? Lorsque l’amitié que vous leur portez biaise votre jugement à leur égard. Vous déployez alors des talents de complaisance et de subjectivité pour les rassurer en toute situation. Quel est le talon d’Achille des parents face à leur progéniture ? Le spectre de l’amour qu’ils leur portent, et qui, telle une potion magique, les transforment en petits angelots innocents plutôt qu’en diablotins prêts à toutes les bêtises.

Ce sont bien les émotions qui nous précipitent dans un gouffre de souffrance ou nous maintiennent dans une douce euphorie. Je ne connais hélas pas d’amoureux qui fasse preuve d’un esprit analytique et rigoureux lorsqu’il s’agit de parler de son bien-aimé. De la même façon que le médium doit savoir faire le vide en lui pour devenir un réceptacle hermétique à sa personnalité, ses connaissances et ses opinions pour être traversé par un nouveau champ d’informations dont il n’est pas le détenteur, nous devons faire « *tabula rasa* » de nos perceptions émotionnelles pour voir le monde en face. C’est là l’aspect retord de la condition humaine :

celui qui court après les augures et cherche donc une réponse émanant d'un petit bout de ciel est forcément tourmenté dans son quotidien par une problématique à laquelle il cherche une solution. De même que celui qui a perdu un être cher, ravagé par le chagrin, tentera de recueillir des signes qui témoigneront de sa présence au-delà de l'absence physique.

*

J'évoque souvent, dans mes conférences, le formidable travail d'Elisabeth Kübler-Ross, psychiatre helvético-américaine pionnière, dans les années 1950 et 1960, de l'approche des soins palliatifs pour les personnes en fin de vie. Elle fit, à titre personnel, une expérience terrible de l'appréhension de la mort, car elle fut terrassée, le jour de la fête des mères de l'année 1995, par une attaque cérébrale violente qui la laissa paralysée. Elle fut la première femme à s'intéresser, dans le domaine médical, aux expériences de mort imminente que vivaient ses patients et dont ils lui faisaient le récit, et à théoriser les différents stades émotionnels par lesquels nous passons lorsque nous vivons un deuil, de quelque nature soit-il.

Dans le préambule de son ouvrage *Leçons de vie*[2], écrit en collaboration avec David Kessler, Elisabeth Kübler-Ross explique que « chacun de nous a un Ghandi et un Hitler en lui ». L'homme mène un combat toute sa vie entre compassion et bienveillance dont il pourrait faire montre envers lui-même et la négativité, les émotions de faiblesse qui l'éloignent de son essence même. Les fameuses leçons de vie qu'elle énumère dans son ouvrage font référence aux grandes émotions que nous bravons sur notre chemin terrestre. Être confronté à la mort ou à la perte d'un être cher pousse nos curseurs

au seuil de leur paroxysme et nous engage sur un chemin de résilience ou d'invariable violence envers soi-même.

La psychiatre a, par ailleurs, mis en exergue cinq grandes phases propres au deuil : vous les franchirez toutes quand vous serez prêt. En attendant, laissez s'exprimer la grâce du refus, en sachant que vous éprouverez votre chagrin en temps voulu, que la seule façon de le surmonter est de le vivre.

En parlant de deuil, on limite automatiquement ce thème à la mort physique. Mais cela est bien trop réducteur. Si vous vivez une rupture amoureuse difficile, si vous perdez l'emploi que vous occupiez et pour lequel vous avez déployé beaucoup d'énergie, vous traversez un deuil. Si votre entourage familial se déchire et se scinde lors du règlement des questions successorales, si vous vous fâchez avec votre meilleur ami, vous êtes également confronté à un deuil : celui d'avoir perdu les repères précieux de votre quotidien. Devoir surmonter une maladie invalidante comme un cancer vous plonge dans la nostalgie de la vie « normale ». Subir une agression, physique ou psychologique, vous affuble instantanément d'un fantôme qui vous accompagnera dans chacune de vos tentatives d'exorcisme : celui de la peur et du mental.

Elisabeth Kübler-Ross a donc décliné ce long chemin de deuil en cinq phases émotionnelles irrémédiables. La première, après l'état de sidération dans lequel nous plonge l'annonce de la nouvelle, est le déni. Alors que la sidération – mot latin signifiant « subir l'influence néfaste des astres » – nous plonge physiquement dans un état de mort apparente, nous empêchant même de nous mouvoir, la psyché arrive en renfort et ferme ses portes aux événements extérieurs et à leur compréhension. Elle est un formidable réflexe de survie. Sans ce sas émotionnel et temporel, nous pourrions commettre l'irréparable ou mourir de chagrin.

« Il ne peut pas être décédé, c'est une erreur, vous vous trompez, les médecins disaient qu'il allait se rétablir et qu'il supportait très bien son traitement ! » « Non, il n'a pas pu nous quitter, les enfants et moi. Nous avions des disputes, certes, mais comme tous les couples ! » « J'ai plus de vingt années de carrière dans cette société à qui j'ai tout donné. Je ne peux pas faire partie du plan économique ! » Nous pourrions tous être l'auteur de tels élans légitimes. J'ai, parmi mes consultants, des hommes et des femmes qui ne sauront jamais quitter cet état « d'entre-deux » et qui vivront dans une dimension parallèle à leur monde réel, trop insupportable à leurs yeux.

La deuxième étape du deuil est semblable, selon moi, à un monstre qui dévorerait tout sur son passage : la colère. À l'inertie et l'incompréhension des premiers instants, succède une rage débordante et destructrice. Elle fait feu de tout bois et ne permet plus aucun dialogue. Avez-vous déjà tenté de trouver le sommeil après une journée remplie d'altercations et d'échanges musclés ? La colère mobilise toute votre énergie, toute votre attention, et ne vous permet plus de regarder une situation avec objectivité. Nous ne voyons d'ailleurs plus rien, au sens propre du terme : notre champ de vision se rétrécit de même que notre bienveillance.

« Pourquoi lui ? Pourquoi si jeune ! Regarde cet homme qui fume et qui boit tant, c'est lui que Dieu aurait dû choisir, pas notre fils adoré ! » « Il va payer pour tout le mal qu'il m'a fait ! Me quitter pour cette femme si vulgaire, comment a-t-il osé ? » La colère mobilise tous nos plans énergétiques et finit par nous consumer à notre tour.

La troisième étape du deuil est celle de la culpabilité, qu'Elisabeth Kübler-Ross nomme la négociation. Cette dernière, dans un dédale

de questionnements interminables, nous conduit à reconsidérer inlassablement le drame auquel nous sommes confrontés. Elle nous transforme en scénaristes en mal de *happy end* qui réécrivent un script pourtant déjà ficelé.

« J'aurais dû comprendre qu'il n'allait pas bien. J'aurais dû m'apercevoir qu'il voyait moins ses amis, qu'il avait perdu le sourire depuis sa séparation… » « Son cancérologue m'avait proposé un traitement expérimental mais j'ai refusé car je le voyais épuisé et las de souffrir autant ; j'aurais dû accepter, tout de même. »

La culpabilité laisse une plaie béante qui ne cicatrise jamais puisque nous validons inconsciemment la culture judéo-chrétienne qui fait de nous des éternels pêcheurs. Elle sous-entend que nous sommes constamment la somme de nos choix et que nous agissons sur le monde qui nous entoure. À l'approche d'un drame ou face à une annonce funeste, nous devenons tous un peu Œdipe, à qui l'on avait prédit qu'il tuerait son père et épouserait sa mère. Nous empruntons des chemins de traverse pour tenter de fuir notre destinée, mais au fond de nous, nous connaissions la terrible prophétie. Culpabiliser, c'est refaire le monde sans pouvoir le voir réellement dans sa réalité intangible. Œdipe ne s'est-il pas crevé les yeux face à l'horreur de la tragédie familiale qu'il a involontairement causée ?

La quatrième étape du deuil est celle du chagrin. D'aucuns diront que le chagrin nous traverse durant toute cette période trouble, mais j'entends par chagrin la prise de conscience de la perte. Il est l'assimilation de l'événement en lui-même, il convoque notre psyché avec notre champ émotionnel. Cette étape permet souvent aux personnes endeuillées de se recueillir enfin sur la sépulture de leurs proches disparus et de les pleurer. Les contingences matérielles et

administratives nous précipitent, bien souvent, dans une urgence de changements auxquels nous ne sommes pas prêts à faire face. Le chagrin, c'est un temps de recueillement pour soi et au fond de soi. Beaucoup de mes consultants confondent cette phase avec l'expression de leur chagrin, à savoir pleurer. « Pas un jour ne passe sans que je ne le pleure. Je voudrais tant qu'il revienne. » Les larmes offrent une magnifique déclinaison de nos états émotionnels ; pleurer de joie, de colère ou d'amertume ne libère évidemment pas la même énergie. La composition chimique d'une larme varie d'ailleurs en fonction de l'émotion qu'elle contient, comme si elle se teintait de la couleur de notre âme au moment où nous la versons.

La dernière étape du deuil est celle de la résilience, de l'acceptation. Comprendre que la vie ne sera jamais plus la même après une mort, une séparation ou un changement de situation personnelle, ce n'est pas la même chose que d'accepter de reprendre le cours de notre existence. Les épreuves nous intiment l'ordre de marquer un temps d'arrêt terrestre ; nous devons composer avec un temps qui n'existe pas et qui combine une époque passée révolue avec un présent dans lequel nous nous enlisons, et un futur que nous ne voulons pas envisager. La résilience, c'est désenclencher la fonction « pause » du film de notre vie et se projeter dans de nouvelles actions.

Chacune des personnes que je rencontre pour une séance médiumnique a, tapi au fond d'elle, le désir secret d'obtenir un éclairage sur l'épreuve qu'elle traverse : qu'il s'agisse d'obtenir un message d'un défunt, une orientation sur les futurs choix de sa vie, un œil intuitif sur sa vie affective, elles sont toutes en quête de sens et de signes. Je sais quelles douleurs elles ressentent lorsqu'elles

pensent que le monde invisible est fermé pour elles : la plupart le vivent comme une punition ultime, au-delà du deuil ou du bouleversement qu'elles traversent.

Il n'en est rien. La ganse étroite des émotions dans lesquelles elles se sont intuitivement réfugiées est un rempart entre deux univers qui ne peuvent alors plus communiquer. Mon rôle de médium est de distinguer parfaitement à quelle étape du deuil mes consultants se trouvent pour savoir s'il sera possible de fendre leur armure et déposer devant eux des preuves de survivance.

Nos émotions nous trahissent et n'offrent qu'un regard torve sur ce qui nous entoure. Saviez-vous qu'un couple sur deux se sépare après la perte d'un enfant ? La douleur qui s'invite au sein d'une famille déjà fragilisée n'est pas la seule raison. Nous ne vivons pas nos étapes du deuil au même rythme et de la même façon. Si l'un des parents perdure dans sa phase de déni mais que l'autre déploie sa colère et éprouve le besoin continuel de parler du drame et d'en pointer du doigt les responsables, alors le dialogue se rompt. L'incompréhension naît aussitôt au sein du couple : quand le premier voudra continuer d'instaurer le silence et le refus, l'autre cherchera la confrontation et l'échange afin de tenter de se libérer de ses souffrances ; jusqu'à le désigner, à son tour, comme potentiel responsable.

Comment se rendre disponible aux signes qui nous entourent lorsque le règne des émotions impose en nous une véritable tyrannie ? Si vous êtes dans votre première étape du deuil, le déni, il est hors de question de recevoir un quelconque signe ; cela reviendrait à accepter une vérité que vous refoulez puisque vous la jugez inacceptable.

Si vous êtes dans la deuxième étape, celle de la colère, aucun signe que vous pourriez percevoir ne réussira à vous apaiser ni à vous convaincre, si tant est qu'au milieu de vos emportements vous puissiez même en distinguer un seul !

Si vous êtes dans la phase de culpabilité, la simple perspective de vous estimer digne d'un signe de l'Au-delà serait en contradiction avec l'autoflagellation quotidienne que vous vous infligez. Fermer la porte aux belles choses rentre donc en adéquation avec vos certitudes.

Seules les phases de chagrin et de résilience sont finalement propices à l'ouverture du cœur et à notre demande intérieure d'observer autour de nous une manifestation de l'Au-delà.

*

Même sur un terreau infertile et ardu, le monde invisible dépose délicatement – ou pas – quelques graines d'espoir. C'est précisément ce qu'ont vécu Cyrielle et Karine, que j'ai rencontrées l'une et l'autre il y a quelques années et que j'ai le bonheur d'accompagner encore sur leur chemin de vie.

Lorsque j'ai vu Cyrielle pour la première fois, je n'ai pu m'empêcher de replonger dans mes souvenirs de jeunesse et le feuilleton qui a marqué mes grandes vacances, *Angélique, Marquise des anges*. Elle avait la beauté de Michèle Mercier incarnant cette jeune aristocrate insolente. Mais voilà, même si le temps ne fait qu'effleurer délicatement Cyrielle, il s'est abattu implacablement sur sa maman décédée à presque quatre-vingt-six printemps. Les deux femmes avaient formé, au fil des années, un binôme fusionnel, au point qu'il n'y avait plus de place pour quiconque dans le monde

qu’elles avaient créé. Ce dernier s’était écroulé à la mort de la matriarche.

Quand Cyrielle prend place en face de moi, elle a besoin, m’assure-t-elle, de messages de sa maman, car elle est dans un total désespoir :

– Je lui parle tous les matins en lui disant que je ne comprends pas pourquoi elle ne me répond pas, pourquoi elle ne me fait aucun signe.

Je suis frappée immédiatement par le timbre de voix de Cyrielle. Alors que je devine des graves assez voluptueuses, elle ne marque que les aiguës, au point de parler comme une petite fille de dix ans. Quant à sa tenue, Cyrielle porte une robe blanche froncée sous la poitrine, que des nœuds en satin soulignent. Des nattes parfaitement symétriques lui encadrent le visage : Cyrielle remonte symboliquement le temps en adoptant un look de petite fille. Un parfait déni du deuil terrible qu’elle affronte.

Si l’heure n’est pas pour elle à l’écoute de messages rassurants pour son devenir, je sens que sa mère la suppliait, par tous les moyens, d’arrêter cette mascarade maladroite. Mais rien à faire, Cyrielle minaude et m’explique ses journées comme si sa maman y prenait toujours place. Je tente malgré tout ce message à la volée :

– Votre maman me dit qu’elle s’est toujours inquiétée pour votre devenir amoureux, elle va rassembler toutes ses forces pour mettre un homme sur votre route…

– C’est vrai que Maman s’inquiétait toujours pour moi, mais je n’ai besoin de personne ! Vous savez, les hommes me couraient tous après. Je les ai rendus fous.

Je ne peux m’empêcher d’esquisser un sourire en imaginant Angélique Marquise des anges repoussant violemment Geoffrey de Peyrac !

Je sais que, dans cet état de déni quasi violent, la mère de Cyrielle a dû réunir toute la cohorte céleste pour générer un signe de sa présence. Savez-vous où Cyrielle a rencontré l'homme de sa vie ? Dans une mercerie. Elle y achetait des rubans pour mettre dans ses cheveux, tandis que Ludovic, son compagnon actuel, était à la recherche des mêmes rubans pour… sa petite-fille ! L'amour ne tient qu'à un fil, me direz-vous. Ou plutôt à un ruban. Cyrielle a quitté son déguisement enfantin et a accepté enfin de redevenir la femme qu'elle ne s'autorisait plus à être.

Karine, elle, vient me voir pour la première fois à vingt-six ans, faisant le trajet en train depuis l'Isère où elle réside. Elle était fébrile, mais je sais que la perspective d'aller rencontrer une médium n'est pas un exercice banal, et que les longues heures de trajet lui avaient laissé tout le loisir de céder à la panique. Elle vient suite au départ de son père, terrassé par une crise cardiaque, alors que sa mère était décédée deux années auparavant d'un accident vasculaire cérébral.

J'écoute attentivement Karine me faire le triste récit d'un drame familial. Son jeune frère vivait encore dans la maison de ses défunts parents, et la tâche lui incombait désormais de veiller sur lui, et de reprendre les responsabilités financières et administratives que gérait son père Claude. Je pensai Karine fébrile dans ses mots puis dans ses gestes à l'évocation de la violence de ces deuils successifs, mais ce que je prenais pour de l'hésitation se transforma bientôt en une rage qu'elle ne parvint plus à dissimuler.

– Vous vous rendez compte ? Mon père était expert-comptable et mandaté auprès de la Cour ! Il avait deux sociétés, des clients à ne plus savoir qu'en faire, et je reçois depuis deux mois maintenant des mises en demeure, des sommations de payer en tous genres.

J’ignorais comment mon père gérait son argent et surtout d’où toutes ces dettes pouvaient provenir. Alors vous savez ce que j’ai fait ? J’ai hurlé dans toutes les pièces de la maison pour qu’il m’entende et qu’il m’explique comment il a osé mettre ses enfants dans un tel bourbier !

Je crois qu’à ce moment précis, Karine hurla aussi fort dans mon bureau qu’au cœur du petit hameau isérois où ses voisins avaient dû être réveillés en sursaut. Je n’ai pas osé l’interrompre.

– Je suis descendue au sous-sol de la maison pour aller à la recherche d’éventuels papiers ou dossiers qui auraient pu me mettre sur la voie de ses passifs. Mais mon père souffrait en quelque sorte du syndrome de Diogène : il ne savait rien jeter et je me suis confrontée à des monticules d’objets et détritus qui formaient des tas plus hauts que moi ! Je l’ai menacé, je lui ai dit qu’il avait intérêt à se manifester. En disant cela, j’ai lancé mon bras droit en l’air, ce qui a eu pour effet de déplacer une pile d’objets qui me sont tombés sur la tête. Une grosse boîte en ferraille a rebondi sur mon front et m’a laissé une jolie trace que vous pouvez encore voir…

En plus de déceler l’hématome devenu jaune sur son front, je devinai la suite.

– Par curiosité et par dépit, je me suis décidé à ouvrir cette vieille boîte à biscuits rouillée par le temps. Et là, je découvre tout… Ses lettres d’amour enflammées adressées à de sombres inconnues, ses innombrables notes de frais en bijoux, fleurs et cadeaux variés portant inlassablement la mention « cadeau client ». Il nous a ruinés, mon frère et moi. Finalement, je me suis rendu compte que je ne connaissais pas cet homme qui se disait être mon père. Sous couvert d’austérité et d’autorité, il ne se livrait jamais à nous. Je comprends pourquoi, à présent. Il a intérêt à nous aider maintenant !

– Je pense qu'il l'a déjà fait un peu, ma chère Karine. Il est des vérités assommantes et vous en avez fait la triste expérience. Mais votre père vous a permis d'identifier ses faiblesses et ses fautes. Je sais que l'heure n'est pas à la compréhension ni au pardon, mais je vois là un homme rongé par une vie qui ne lui correspondait sans doute pas. Il s'est caché derrière des faux-semblants et des costumes trois-pièces. Son cœur, lui, ne s'est pas trompé, et a refusé de battre davantage. Je sais qu'il va désormais vous aider à réparer et à reconstruire une vie plus sereine. Quand vous serez prête, il le fera, Karine.

J'aimerais vous dire que les soucis financiers de Karine et de son frère se sont résolus rapidement. Ce ne fut pas le cas. Mais dès que Karine s'était décidée à entamer le nettoyage de la maison familiale, devenue bien trop grande pour eux, cette demeure pourtant vétuste s'était vendue dès la première visite. L'acquéreur, tombé sous le charme de la région et du petit hameau, est expert-comptable.

*

Sommes-nous donc les éternels prisonniers des geôles émotionnelles dans lesquelles nous nous enfermons ? Ne nous laissent-elles voir, depuis leurs fenêtres, qu'un cadre réduit qui filtre les plus belles manifestations du Ciel ?

Nous sommes cet ensemble de contradictions, désireux d'aller à la recherche de la Vérité mais pétris de nos peurs. Nous sommes le Faust de Goethe, cet alchimiste qui rêve depuis son plus jeune âge de percer les secrets de l'Univers. Comme l'ambition seule n'y suffit pas, que nous avons mis tout en œuvre pour comprendre, en vain, les mystères de la vie et de la mort, nous décidons de pactiser avec

le diable, le célèbre Méphistophélès. En échange de la réalisation de tous nos désirs, nous vendons notre âme à celui-ci.

Dans le récit de Goethe, Faust n'est pas satisfait, dans un premier temps, des réalisations terrestres du diable en sa faveur. C'est là que ce dernier a l'idée de le confronter à une expérience inédite, et qui s'avérera funeste : il va tomber amoureux. Pris dans ses élans idylliques, et voulant voir sa bien-aimée en secret, il finira par empoisonner sa belle-mère et sera alors à l'origine d'un véritable drame familial, perdant sa fiancée Gretchen pour toujours, puis emporté à son tour par Méphistophélès dans les Enfers.

Pactiser avec le diable, nous le faisons tous les jours ! Vous ne voyez pas ce à quoi je fais référence ? C'est pourtant ce que nous faisons quand nous lâchons la proie pour l'ombre : nous multiplions les aventures affectives par peur de la solitude, nous nous noyons dans l'alcool ou la nourriture pour remplir le vide, nous courons après l'argent par peur du dénuement, nous procrastinons par peur du lendemain. Derrière chacun de nos refus, de nos dénis, est tapie une peur qui attend de surgir. Je dis souvent à mes consultants qui me demandent la signification du diable dans le célèbre tarot de Marseille qu'il n'est que le reflet des peurs qui sommeillent en nous : il nous propose une solution illusoire d'apaisement en nous créant de nouveaux besoins. Il est la part obscure qui répond aux inclinations multiples de notre cœur.

Méphistophélès est celui qui nous encourage à ne voir que les ténèbres dans le fond de notre cœur ; il est le dealer de nos addictions inassouvies.

Percevoir un signe de l'Au-delà reviendrait à rencontrer Hermès au carrefour de notre route terrestre qui nous indiquerait la meilleure direction à emprunter. Quand on sait qu'il est symboliquement l'union des contraires, qu'il guide à la fois les voyageurs, les

troupeaux et les voleurs, il représente finalement l'unité retrouvée au cœur de nos contradictions.

Nous sommes, hélas, souvent gouvernés par ces peurs qui nous tenaillent et qui nous empêchent de regarder davantage notre plan de route.

Les hommes ont, depuis toujours, créé des personnages mythiques ou légendaires qui répondent aux codes culturels et référentiels des époques qui les ont vus naître : il s'agit des héros.

Qu'il s'agisse d'Ulysse qui s'attache au mât de son navire et bouche ses oreilles avec de la cire pour échapper aux redoutables chants des sirènes qui l'auraient écarté de son chemin nautique, ou de « la quête de soi-même » de Luke Skywalker de la saga *Star Wars*, le héros est ce personnage étymologiquement « de grande valeur » qui sait voir réellement sa destinée et affronter les épreuves qui lui font face, sans se laisser dominer par ses émotions et ses peurs. C'est, en quelque sorte, la meilleure version de nous-même. Son voyage n'est pas « un acte de courage, mais une quête de soi-même ».

Le héros sait toujours mettre à profit les aides providentielles qu'il trouve sur sa route. Il les collecte, les étudie et les emploie à sa survie. Il développe, de plus, au fond de lui cette acceptation de sa destinée et de la mission qui lui incombe. Une héroïne de tragédie n'est jamais plus digne ni plus belle, à mes yeux, qu'elle ne doute jamais de la mission qui lui est confiée. Souvent promise à la mort, frappée d'injustice, elle déjoue les pièges qu'on lui tend sans céder à ses peurs. Quand on sait que Pénélope a attendu vingt-deux années Ulysse, qu'Iphigénie a accepté d'être sacrifiée pour apaiser la colère d'une déesse, qu'Antigone a combattu son oncle Créon jusqu'à la mort, les émotions n'ont jamais leur place dans l'Univers mythologique et légendaire.

Combattre les tumultes émotionnels qui secouent le fond de notre âme nous ouvrirait donc davantage à l'univers héroïque, qui connaît deux terrains d'expérimentation : celui des hommes et celui des dieux.

Les gardiens du Temps

« Le temps ne veut plus rien faire de ce que je lui demande. Il est toujours six heures, désormais. Il est toujours l'heure du thé[3]*. »*

Lorsque je compose le code de la porte d'entrée du Docteur P., je me remémore les chiffres phares de ma vie qui m'ont menée à cette adresse confidentielle qu'on se chuchote entre gens du milieu ésotérique (comprenez : les coordonnées d'un thérapeute qui ne me prescrira pas dix boîtes d'anxiolytiques à la simple évocation de mon activité de médium). Trente ans. Une vie qui bascule à tout jamais l'année de mes vingt-six ans après le décès de ma mère. Quatre années de deuil douloureux, indicible et à la fois révélateur d'un monde invisible que je pensais côtoyer sous couvert d'hallucinations. Une petite fille de quelques mois à peine. Des consultants de plus en plus nombreux. Mes chiffres à moi, bien que dans le désordre, me semblaient être un loto bien hasardeux et peu enclin à me faire gagner quoi que ce soit. Si j'avais décidé de passer ma vie à accompagner des femmes et des hommes terrassés par le deuil, la « nécessité » d'aller régler le mien me semblait indispensable et intellectuellement non négociable.

Je me laisse donc choir dans un énorme coussin qui remplace le fameux divan, trop austère au goût du Docteur P. Ce dernier m'invite

à me présenter et à expliquer ce qui justifie ma démarche thérapeutique. Tandis qu'il esquisse un sourire qu'il crée pour la circonstance, je me dis que le seul grain de fantaisie que je trouve chez ce praticien pourtant avant-gardiste, c'est le mouvement des boucles de ses cheveux qui s'affolent comme celles d'un chef d'orchestre qui battrait la mesure.

Parler de soi. Un jeu d'enfant quand on a passé une partie de sa vie à se présenter à des concours ou à enseigner à des élèves dissipés. L'exercice m'amuse au point que j'en viens à faire ce que nombre de patients doivent faire à chaque début de séance : je m'écoute parler, je choisis mes mots, je badine, je m'autocongratule. Je contrôle tout. Consciente de ne pas devoir passer à côté de l'exercice, j'aborde finalement le drame qui a fait exploser ma famille, le choix cornélien auquel j'ai été confrontée de troquer une vie classique contre une vie plus décriée.

– Je n'ai jamais voulu être une Madame Irma, vous savez. Je me suis sentie très coupable vis-à-vis de ma famille qui a fait tant de sacrifices financiers pour me permettre de mener mes études parisiennes…

– Nous reprendrons la semaine prochaine, Anne.

En voilà un qui ne s'encombre pas de la prise de congés, pensai-je en me relevant avec peine du coussin dans lequel je m'étais lovée profondément.

– Combien vous dois-je, Docteur ? J'avais compris que l'heure était au pragmatisme.

– Vingt ans.

Je marque un temps d'arrêt alors que la pointe de mon stylo allait se promener sur mon chèque sorti pour l'occasion.

– Vingt quoi ?

– Je pense qu'il vous faudra à peu près vingt ans pour faire le deuil de votre mère. Je vous aiderai.

Il ne manquait plus que le marteau du juge pour scander bruyamment la peine à laquelle je venais d'être condamnée. Vingt années, pas une de plus, pas une de moins. Je quitte le cabinet du Docteur P. en « pilotage automatique » et me ramène, encore abasourdie par la sentence, jusque chez moi. Une violente secousse me réanime soudain, et dans un réflexe de survie, je me mets à crier au milieu de mon salon :

– Et si j'ai envie d'aller mieux dès demain ?!

Jean Giono écrivait que « le temps, c'est ce qui se passe quand rien ne se passe ». Être confronté à la mort, à la solitude ou à la béance de notre vie nous fait prendre conscience non seulement de notre finitude, mais du concept de temporalité, si abstrait et indéfinissable.

Passez une heure à refaire le monde avec la meilleure de vos amies, et vous aurez l'impression que quelques minutes à peine se sont écoulées. Retenez votre souffle, la tête immergée dans l'eau et vous compterez instinctivement les secondes jusqu'à votre libération, en ayant la sensation d'avoir battu un record d'endurance.

Si nos émotions sont souvent les miroirs déformants d'une réalité qui nous échappe, le temps est une clepsydre qui se vide de façon aléatoire et que nous tentons, en vain, de maîtriser. Le mot latin « *tempus* » présente la même racine que le verbe grec « *temno* » qui signifie « couper, faire la césure ». Comme si nous tentions de mettre des limites à un concept indélimitable, une ponctuation à une phrase qui n'aurait pas de fin. Le temps est une création humaine que l'on quantifie, que l'on personnifie. Dans la mythologie grecque,

les heures étaient un groupe de déesses qui incarnaient chacune l'une des douze heures du jour ou de la nuit. Elles accompagnaient le dieu Thémis tout en soutenant des horloges, des cadrans ou tout autre symbole mettant en évidence cette fuite gracile mais inexorable du temps.

Si ma mission de médium consiste à savoir identifier clairement à quelle étape du deuil mes consultants se trouvent, il est fondamental de prendre en compte l'horloge interne qui régit chacun de nous et n'obéit à aucune autre loi que celle de notre propension à appréhender la vie et les épreuves qu'elle parsème.

Les cinq étapes du deuil identifiées par Elisabeth Kübler-Ross sont, certes, universelles et fondamentales sur le chemin d'une possible résilience, mais elles sont semblables au voyage que l'on effectue vers une destination nouvelle : voudrez-vous prendre les grands axes rapides, ou sillonner chaque petite route et vous perdre dans ses méandres ?

Nous sommes les propres conducteurs de notre véhicule terrestre, et si la route que nous allons emprunter nous est imposée, le temps que nous allons mettre pour cheminer est une des clefs fondamentales du libre arbitre. Le temps du deuil nous rappelle sans cesse que nous voyageons seuls, avec nos émotions et le fruit de nos expériences passées. Ce sont nos proches, la société et ses règles qui tentent sans cesse de régler nos montres internes sur une temporalité qu'un grand horloger aurait réglée sur le mécanisme précis de la rationalité et de la bienséance. Nous avons tous entendu au moins une fois une des phrases de ce florilège de moralité : « Tu as vu, elle a déjà rencontré un nouveau compagnon ! Si tôt après le décès de son mari ! », ou bien : « On dirait un sanctuaire, chez lui, il y a des photos de son fils partout. Cela fait

huit ans, tout de même… », ou encore : « Je ne trouve pas la tombe très fleurie ; d'ailleurs, on ne voit pas grand monde s'y recueillir, je n'ai vu personne pour la Toussaint. »

Comment parvenir à trouver sa propre temporalité dans un monde qui codifie nos moindres faits et gestes ? Comment être à l'écoute des signes qui nous entourent si, dans le cheminement de deuil et le franchissement des portes de l'acceptation, nous sommes empressés ou freinés par le protocole populaire, religieux ou moralisateur ? En Chine, le deuil de ses parents se porte vingt-sept mois, qui correspondent aux neuf mois de gestation de la mère, auxquels s'ajoutent les dix-huit mois durant lesquels l'enfant est totalement dépendant de ses parents. Chez les catholiques, le deuil, symbolisé par la couleur noire, se porte une année entière. Dans le judaïsme, les proches parents d'un défunt doivent se réunir, après les obsèques, dans la « maison de Chiva » pour y observer le deuil de manière intense, et ce pendant sept jours. Visités par leurs amis pour les réconforter, ils devront ainsi tâcher de guérir leur chagrin et leurs souffrances ; il ne leur est pas permis de travailler ni de participer à quelque événement social que ce soit.

Sortir de ces temps tolérés et tolérables de souffrance est parfois un soulagement, plus souvent une violence supplémentaire. Je prends soin, auprès de mes consultants, d'identifier pour eux l'ennemi qui est pourtant un de nos repères quotidiens : le calendrier. La première année qui marque une épreuve ou un deuil se traverse dans un brouillard spatio-temporel total. C'est à peine si nous nous souvenons des personnes que nous avons croisées, des actions que nous avons entreprises : la mort nous a assommés et nous sommes étourdis par les contraintes administratives et le quotidien qui nous impose ses rituels devenus insipides. Alors que nous prenons un peu de recul émotionnel, la deuxième année nous

scarifie davantage et nous impose une autre temporalité, celle du souvenir : un anniversaire, des fêtes de Noël, des réunions de famille ravivent le brasier de notre souffrance et portent à notre conscience des images relayées dans notre passé.

C'est le cas de Martine et de son mari, Pierre. Ce couple, soudé depuis une vingtaine d'années déjà, a traversé la plus terrible des épreuves qu'il nous soit donné de vivre sur Terre : celle de la perte d'un enfant. Leur fils Vincent, à peine âgé de seize ans, rentrait du collège, un jour comme un autre. À cela près que Vincent était heureux de presser le pas parce qu'il avait obtenu une très bonne note en mathématiques, sa « bête noire » comme il la nommait depuis le début de sa scolarité. Il a devancé ses camarades de classe afin de regagner son domicile et ne pas perdre de temps à participer aux sempiternels bavardages d'après cours, où les idylles se font et les amitiés se défont. Il a à peine eu le temps de poser le pied sur le passage piéton qu'il a été fauché par un véhicule déboulant à toute allure du virage qu'il venait d'emprunter sans même marquer un arrêt. Avec une violence indescriptible, Vincent fut projeté à une cinquantaine de mètres plus loin, sous les yeux horrifiés de ses amis, qui assistèrent impuissants à la scène. Le chauffard, un homme de quatre-vingt-deux ans, n'était ni en âge de conduire, ni même de comprendre le drame qu'il venait de causer, car atteint de la maladie d'Alzheimer. Au sol, le zébra était jonché de papiers, de cahiers et de la copie dont Vincent était tellement fier.

En Alsace, où vivent Martine et Pierre, les joies et les peines se partagent en famille, et la table, comme dans beaucoup de régions françaises, est le théâtre de tous les événements importants qui rythment la lignée. Après le drame abominable qui a laissé sur la route plus qu'un adolescent, mais toute une famille endeuillée, Martine redoute plus que tout autre chose la roue implacable qui

s’abattait inexorablement sur elle : celle du temps qui lui rappelait l’absence de son fils.

Scrutant sa chaise qui trône au bout de l’interminable table, elle maugrée. Pierre est inquiet d’imposer à son épouse encore fragile l’organisation colossale d’un Noël alsacien.

– Tu es sûre de vouloir organiser les fêtes de fin d’année à la maison ? Je sais bien que c’est à notre tour cette année de recevoir tout le monde, mais ils comprendront que nous n’ayons pas le cœur à ça, Martine !

– Vincent n’aurait pas voulu que la maison soit vide, il adorait les festivités, tu le sais bien. Alors il est hors de question de passer mon tour. Mais je te préviens, Pierre : je reste en cuisine ! Ne m’impose pas de m’amuser, sinon, je m’écroule.

Martine a donc investi sa cuisine comme les coulisses confortables d’un spectacle qui se jouerait sans elle. Depuis cet endroit, elle peut s’affairer, s’épuiser à préparer les plats en sauce et le kouglof pour ses proches, et profiter du bruit de l’eau qui coule dans l’évier pour pleurer à chaudes larmes. Elle a perdu le rôle de sa vie : celui de maman.

Pierre fait des allers et retours discrets depuis le cellier pour lui déposer les vivres qu’il a achetés plus tôt dans la journée. Entre deux sanglots, Martine chuchote :

– Je veux que Noël passe très vite, je veux qu’ils s’étouffent tous de rire et de manger autant, alors qu’un criminel t’a arraché à nous. Je ne bougerai pas d’ici, je suis bien, le temps s’est arrêté…

Alors que Martine s’apprête à réaliser sa fameuse compotée de légumes, elle se saisit d’un couteau et se tourne vers le fond de la pièce où elle sait que Pierre lui a déposé les cagettes pleines. Le temps s’est peut-être arrêté, mais elle a encore beaucoup de travail devant elle. Après tout, ce n’est pas si grave, en Alsace, quand vous

vous mettez à table, vous ne savez jamais quand vous allez en sortir…

Elle n'a pas achevé sa rotation qu'elle se met à sursauter, puis à crier au milieu de sa cuisine : la dizaine de cagettes, superposées les unes sur les autres, lui font face au point d'atteindre son petit mètre cinquante-cinq. Sur chacune est écrit : VINCENT - Primeur. Pierre lui a expliqué que leur primeur habituel n'avait plus suffisamment de produits pour honorer leur commande, et qu'il était allé s'approvisionner dans le petit bourg voisin. Remplis d'émotions et de gratitude pour cette manifestation, Martine et Pierre se sont promis de prendre désormais le temps de se retrouver et de laisser à leur fils toutes les occasions possibles de se manifester. Martine est allée saluer ses convives, heureux de la voir enfin sourire. Elle s'est assise à la place de Vincent, émue, souhaitant à tous un joyeux Noël.

*

À l'ère du *Fast and Furious*, époque paradoxale où l'espérance de vie n'a jamais été aussi longue, mais où nous devons nous dépêcher pour tout, comment ne pas se faire aspirer dans nos obligations quotidiennes ? Comment se créer un interstice temporel libre de toute contrainte ? Nous devons manger plus vite que nous ne pouvons digérer grâce à la *junk food* ; nous devons nous rencontrer et nous aimer en sept minutes, selon les règles du *speed-dating*. Et bien sûr, nous devons traverser avec panache le temps qui passe, tout en paraissant le plus jeune possible. Nous sommes des feux follets qui hantent, pour seulement quelques minutes, les différents moments de l'existence, sans pouvoir y laisser d'empreinte, parce que nous ne prenons plus le temps nécessaire.

De la même façon, avant même d'avoir séché nos larmes et déposé une fleur sur le caveau de nos chers disparus, nous exigeons d'eux ce que nous sommes nous-mêmes incapables de faire, à savoir nous rendre disponibles pour les percevoir, les écouter et respecter le temps du deuil.

« Si tu es là, manifeste-toi ! Dis-moi où tu es, et si tu vas bien. Frappe trois coups dans le mur… Maintenant ! »

Vous souriez, en vous disant que je caricature un peu le trait ? Je vous invite à vous remémorer vos conversations entre amis lors de dîners où chacun, pour pimenter la soirée, éprouve le besoin de la surenchère dans le registre surnaturel. Non seulement nous exigeons d'un signe qu'il arrive rapidement à nous, mais nous en soupesons la qualité et le caractère extraordinaire. Si vous trouvez des pétales de roses disséminés sur une table alors que ces dernières sont fraîches, vous jugerez ce signe un peu trop bucolique, voire mièvre. La mièvrerie entraîne inexorablement le doute. Une musique chère au cœur d'un défunt démarre au moment où vous tournez le bouton de la radio ? Certainement le fait d'un pur hasard.

Que faudrait-il, dans l'instant, pour vous convaincre ? Qu'une lumière s'allume toute seule dans une pièce où vous ne vous trouvez pas ? Cette fois-ci, c'est la peur qui céderait le pas sur vos envies d'ouvrir un pan du pouvoir du monde invisible ! Hollywood et ses fameux effets spéciaux ont laissé des traces indélébiles dans l'inconscient collectif. Nos requêtes sont pleines de contradictions : « Esprit, si tu es là, montre-toi ! Mais pas trop quand même… »

L'Univers a tant de travail auprès de nous ! Il doit s'accommoder de nos doutes, de nos suppliques et de notre scepticisme entêté afin de créer un instant privilégié au cœur de ce maelström dans lequel nous nous engouffrons. Il doit attendre, avec sagesse, que nous lui

prêtions quelques secondes d'attention. Il doit supporter le flot de colères et de rancœurs que nous déversons sur lui car nous souffrons de l'absence de nos proches disparus ou que nous ne trouvons pas de solution aux problèmes que nous rencontrons. Si nous ne supportons plus notre existence et que nous nous trouvons dans un labyrinthe, il est un coupable tout désigné.

Le temps du signe est une gageure pour le monde invisible : il lui faut guetter la meilleure de nos conjonctures astrologiques, notre plus belle révolution solaire ; passer outre les conseils « avisés » de nos proches qui nous déconseillent de réclamer une preuve de survivance ou un indice sur le chemin à suivre, car il faut laisser nos chers disparus « reposer en paix » dans un sommeil éternel. Le temps du signe s'arme de patience pour dépasser l'impatience quotidienne à tout vouloir contrôler, comprendre et déduire. Il s'alignera sur notre temps personnel – dont nous ignorons tout pour la plupart d'entre nous.

Il s'agit donc de trouver la bonne temporalité pour rencontrer le monde invisible qui, lui, en est dénué. La mythologie grecque, comme souvent, est symboliquement très éclairante sur cette notion de timing « juste ». En effet, elle distingue le dieu Chronos, le dieu qui symbolise le temps et la destinée. Dans la culture contemporaine, il est très souvent représenté sous les traits d'un vieil homme sage, tenant une faucille ou un sablier. Chronos, c'est donc celui qui représente le temps linéaire, chronologique que nous connaissons tous et que nous suivons grâce à nos calendriers, nos agendas et nos montres.

Par contraste avec Chronos, Kairos est l'un des dieux les plus subtils du Panthéon. Si le premier est le dieu du temps, le second est le dieu de « l'occasion opportune ». Il est souvent représenté comme un dieu ailé et dansant, tenant dans la main une balance

qu'il fait osciller du bout de ses doigts. Il a une épaisse touffe de cheveux à l'avant d'une tête chauve à l'arrière. Il s'agissait alors de le « saisir par les cheveux » lorsqu'il passait… Toujours vite, évidemment.

Les Français utilisent le mot « opportunité », comme les Anglais le mot « *opportunity* » ou encore « *the right time* », à savoir le moment exact, précis.

Nous avons tous, un jour, au détour des plus petits moments, ressenti qu'il était le bon temps pour agir, sans qu'il y ait véritablement d'éléments objectifs pour valider cette affirmation. Le *kairos* fait émerger un moment particulier où l'on se sent généralement en phase avec le monde, où nous décrochons de notre réalité propre pour nous fondre dans un « temps suspendu ». Cette temporalité est numineuse, dans le sens où elle nous saisit au-delà de nous-même. Elle crée cette passerelle entre notre présence humaine et une notion de présence absolue. Nous venons d'ailleurs piocher dans le lexique religieux pour parler d'états de grâce.

Pour apprivoiser son temps afin de s'ouvrir davantage à ces instants précieux, il faut réussir à combiner l'espace temporel en mettant en cohérence Chronos et Kairos : Chronos serait le dieu de l'horizontalité, avec nos journées remplies de rendez-vous qui se suivent et s'enchaînent, nous laissant peu de répit, tandis que Kairos serait le dieu de la verticalité, agissant comme un marqueur nécessaire et élévateur. Allons-nous écouter davantage nos besoins et nos désirs intérieurs, ou nous laisser happer par nos obligations sociales, professionnelles et familiales ? Le signe tente de se frayer un chemin au milieu de ce combat dont l'arbitre n'est autre que le mental. Il a été formé, pour agir efficacement dans sa mission, par nos peurs, nos doutes et l'héritage familial. Quand l'arbitre fatigue et

mène plusieurs combats à la fois, c'est le moment que choisit le signe pour se matérialiser dans la réalité.

*

Le signe a une cible privilégiée qu'il sait atteindre facilement : les enfants. Nous les jugeons peu expérimentés et naïfs, mais l'Univers les aime parce que, encore empreints de la présence fugace de Kairos, ils ne sont pas absorbés par le dieu Chronos.

Paul est l'enfant chéri d'une famille nichée au cœur de la Normandie. Du haut de ses quatre petites années terrestres, il enchante les siens par son caractère intrépide et sa vivacité d'esprit. Il compte autant de clowneries que de cicatrices sur ses genoux et ses bras. Viviane et Jacques, qui ont eu tant de mal à concevoir cet enfant, l'ont reçu comme un cadeau de la vie.

« Paul n'arrête jamais ! Il est autant agité le jour que la nuit. Comme tous les enfants, aller se coucher est une véritable punition et il retarde chaque fois l'échéance en se cachant dans tous les recoins de notre vieille maison. Je l'aime, mais il m'use, cet enfant », raconte Viviane avec un petit sourire rempli de lassitude mais de tant d'amour.

La croyance populaire dit qu'à un bonheur succède parfois un malheur. Le grand-père de Paul se bat, depuis la naissance de ce dernier, contre un lymphome hodgkinien qui le contraint à demeurer alité et hospitalisé la plupart du temps. Le grand-père n'aura hélas pas le bonheur de croiser son petit-fils sur sa route terrestre, car en ce 18 avril, épuisé par les effets dévastateurs de sa maladie, il décède. Viviane, sa fille, est effondrée par la nouvelle. Elle doit, malgré son chagrin, prendre en charge le cortège de formalités.

Chaque soir après son travail, elle partage son temps entre l'organisation des obsèques, l'étude des biens immobiliers de son défunt père et la clôture de ses engagements administratifs.

– Maman ! Viens dire bonjour au monsieur dans le couloir. Je ne veux pas aller jouer tout seul avec lui, s'écrie Paul avec ses mots d'enfants.

– Mon chéri, Maman a beaucoup de travail, elle n'a pas le temps de jouer avec toi, ni avec ton monsieur, d'ailleurs…

Viviane a répondu à son fils telle un automate, la tête plongée dans une déclaration de ressources et le bras moulinant dans le vide pour dissuader Paul de s'approcher davantage.

Durant une semaine, Paul a ralenti le pas dès qu'il s'approchait du couloir qui mène aux chambres. Il était partagé entre la crainte et la curiosité de faire à nouveau face à ce « monsieur » qu'il semblait être le seul à percevoir.

« Paul ne manque pas d'imagination et d'idées pour se faire remarquer, pense Viviane. Ces derniers temps, avec le départ de Papa, je me suis moins occupée de lui, c'est sans doute le subterfuge qu'il a trouvé pour attirer notre attention. » Jacques acquiesce et, soudain en proie à la culpabilité, attrape Paul et le serre dans ses bras.

De cette nouvelle perspective, l'enfant a accès à un nouveau champ visuel. Face à lui s'offre l'énorme vaisselier qui impose sa présence dans la salle à manger, et sur lequel sont posés des cadres renfermant les plus beaux instants volés de la famille. Tout à coup, son regard se fige sur une photo en noir et blanc.

– Maman, c'est lui le monsieur dans le couloir ! Mais il est plus gros mon monsieur, devise Paul en faisant une petite grimace à l'idée que le portrait qui lui sourit ne ressemble pas exactement à son apparition quotidienne.

– Mais, c'est Papa, Paul. Tu es sûr de toi ? C'est impossible, il n'est même pas encore inhumé !

Les enfants savent mieux que quiconque vivre dans une temporalité qui leur est propre ; l'heure de jouer, de rêver ou de rire est prioritaire sur celle des contraintes que leur imposent les parents. Ce n'est qu'avec les années et le programme d'éducation auquel ils sont soumis que Chronos devance Kairos.

Beaucoup de parents me demandent comment se comporter face aux témoignages de leurs enfants qui assistent à des phénomènes paranormaux ou des manifestations. Je considère que nous, adultes, avons tout oublié de ce temps propice aux signes et marques spontanées d'amour de nos chers disparus. Je crois à l'efficacité de la maïeutique, car elle évite que nous bridions nos enfants avec nos peurs et nos doutes. Nos enfants, par souci de nous protéger et d'être aimés, se censurent souvent eux-mêmes, car ils sentent le malaise s'instaurer. « Qu'as-tu vu exactement ? » « Est-ce que ce que tu as vu t'a fait peur, ou tu as juste été surpris ? » « Pourquoi ce monsieur est-il venu jusqu'à toi ? A-t-il dit quelque chose ? » Chaque question ouverte est une porte qui ne sera ainsi pas close par un silence.

Vous serez étonné de voir avec quel naturel les enfants abordent ces thèmes s'ils sont délivrés du jugement et des peurs.

« Ô temps ! Suspends ton vol, et vous, heures propices !
Suspendez votre cours[4]. »

Ces célèbres vers de Lamartine font référence à cette quête éperdue de l'homme d'arrêter un temps qu'il ne maîtrise pas. À vous de choisir si vous voulez faire de votre incarnation terrestre un marathon, jalonné d'étapes et ayant pour règle la régularité et la

persévérance, ou au contraire un sprint, qui mobilisera votre force et votre puissance. Dans tous les cas, il vous faudra reprendre votre souffle ; le souffle, c'est l'introduction de la spiritualité en nous, c'est l'aérien qui rencontre le terrain physiologique et psychique. Dans la course folle contre la temporalité, nous oublions que le souffle est un allié précieux, qui, loin de nous ralentir, nous régénère et nous permet de trouver notre rythme. Un signe, est-ce une réponse que l'on nous souffle ?

Alea jacta est ! Quand je serai grand, je serai…

Je vous emmène en l'an 44 avant notre ère, et plus précisément le 15 mars. Les férus d'histoire sauront probablement qu'il s'agit du premier jour du calendrier romain. Jules César, devenu dictateur à vie, règne alors sur la vie politique romaine. Originellement, ce jeune aristocrate issu d'une famille ancienne, mais jouissant de peu d'éclat, est devenu membre du parti populaire à Rome, une mouvance s'opposant à l'aristocratie ancienne et prestigieuse, incarnée par Sylla. Alors que la guerre civile vient de s'achever en Afrique, Jules César est au sommet de sa gloire ; il a gagné toutes les guerres. Néanmoins, la vie politique continue et César, comme chaque aristocrate, est mêlé à des conflits d'intérêts. L'excès même de son pouvoir inquiète et empêche ses rivaux politiques de prétendre au pouvoir suprême. Il méprise la République toutefois en place et froisse, à maintes reprises, la morgue sénatoriale séculaire. L'idée s'enracine rapidement qu'il constitue un danger imminent pour la liberté. Le sénateur Cassius est décidé à le mettre à mort, et pour cela, il va convaincre un autre préteur, le jeune Brutus, de la nécessité de son projet.

On craint, à tort sans doute, que César profite des festivités du 15 mars, jour dédié au dieu Mars et que l'on honore avec faste, pour s'autoproclamer roi. Alors qu'une soixantaine de conjurés se préparent pour l'occasion, la décision est entérinée par ses détracteurs. C'est là que la machine sémiologique se met en route pour tenter d'avertir Jules César du sombre dessein qu'on lui prépare. Titus Vestricius Spurinna est le premier à lui faire part des mauvais augures qu'il a perçus à son sujet et tente de le prévenir qu'on en veut à ses jours et qu'il ne doit pas se rendre à l'événement. L'Univers se met en branle pour que le message lui parvienne, car l'épouse de Jules César, Calpurnia Pisonis, se réveille, depuis plusieurs nuits, secouée par de terribles cauchemars dans lesquels elle voit son général de mari assassiné dans un bain de sang. Elle le supplie à son tour de renoncer à se rendre aux festivités.

Sensible aux tourments de son épouse, César devise et raconte à Decimus, qui est un peu notre Judas judéo-chrétien, les prémonitions de Calpurnia. Decimus, un des principaux instigateurs du crime à venir, fait preuve d'une logique imparable mais ubuesque : s'il décide de renoncer au banquet, il doit tout de même faire part de sa décision aux sénateurs !

N'est pas Jules César qui veut. Loin de céder au célèbre adage « dans le doute, abstiens-toi », il décide de participer aux festivités, et pour l'occasion, fait même renvoyer ses gardes du corps. Une dernière opportunité de rebrousser chemin lui est donnée alors qu'il est au pied de la litière qui doit le conduire. Un des conjurés, partisan de César, lui tend un papier pour l'avertir du complot imminent qui gronde contre lui. César le remercie mais décide tout de même d'avancer vers les sénateurs. Il a cette phrase

extraordinaire : « La mort idéale, cela serait pour moi une mort inattendue. »

Point de mort inattendue, hélas. Alors qu'il s'avance vers le sénat, un conjuré le larde de vingt-deux coups de couteau. César n'est donc plus.

Votre question rejoint la mienne : mais pourquoi Jules César n'a-t-il pas écouté les maintes recommandations qui lui ont été faites ? La réponse est simple : parce qu'il croyait en sa bonne étoile. Ne comprenez pas cette formulation sémantique avec une logique contemporaine. Dans l'Antiquité, la « bonne étoile » signifie le destin. Et ceux qui le gèrent depuis la nuit des temps, ce sont les dieux auxquels les Romains croient. Si ces derniers ont pris une décision, l'homme ne peut s'affranchir de cette dernière. Ils sont soumis aux événements inexorables que les divinités ont prévus pour eux : la Fortune était la déesse du hasard qui régissait les aléas de la destinée humaine. Elle distribuait ainsi, selon son bon vouloir, richesse ou pauvreté, bonheur ou malheur. Et il n'était pas question de commenter ou de se dédire du grand plan divin. Paradoxale époque où l'on croyait à la régence divine absolue mais pendant laquelle les haruspices, devins et augures pouvaient accéder à une forme de pouvoir politique.

En effet, si, selon l'histoire, les croyances et les religions, nous pensons qu'un grand horloger règle les aiguilles sur le cadran de notre montre terrestre, nous sommes donc tous soumis à la loi de notre propre destinée. Les catholiques ont tremblé devant les avertissements de Dieu à ne pas écouter les abominations des nations. Mais le Dieu de l'Ancien Testament est à l'image de ceux de l'Olympe, rempli de courroux et qui peut pointer un doigt menaçant sur celui qui ne voudrait n'écouter que lui-même.

Le seul référent catholique qui s'impose donc est le dieu tout-puissant, qui nous ordonne l'obéissance et l'acceptation de notre destinée de manière aveugle et fidèle, et que nous scandons par un « Ainsi soit-il ». Les signes n'ont donc pas leur place dans notre quotidien de fervents, puisqu'il ne serait qu'un mirage destiné à nous tromper sur les uniques voies divines que nous devons emprunter : « S'il s'élève au milieu de toi un prophète ou un songeur qui t'annonce un signe ou un prodige, et qu'il y ait accomplissement du signe ou du prodige dont il t'a parlé […] tu n'écouteras pas les paroles de ce prophète ou de ce songeur, car c'est l'Éternel, votre dieu, qui vous met à l'épreuve. »

La culpabilité est la notion impératrice qui guide notre vie occidentale et judéo-chrétienne à penser que nous avons besoin de « tricher » face au destin en ayant recours à des aides occultes. Seul Dieu est un faiseur de miracles ; les quidams que nous sommes n'ont donc pas accès à ce matériau rare. Évoquer un signe expose au risque d'être taxé d'hérésie, et surtout de se détourner de sa route de piété. Cela reviendrait à s'octroyer des pouvoirs que seul Dieu possède, et à se détourner du « droit chemin » tracé pour nous.

Si Dieu ne prend pas le temps, chaque jour, de s'assurer du bon déroulement de notre destinée, il a autour de lui de formidables garants de la bonne exécution de ses plans. Nous sommes tous entourés d'une efficace cohorte divine, nos parents, répondant eux-mêmes aux lois inexorables de la lignée familiale. Le principe est simple : ils sont nos créateurs remplis d'amour et ont la délicate mission de nous transmettre leurs valeurs, leurs enseignements ; mais aussi leurs désirs secrets ainsi que leurs frustrations, hérités de nos chers ancêtres qui n'ont guère fait mieux que de dupliquer un modèle déposé et certifié comme idéal.

Lorsque je rencontre Jean-Claude pour la première fois un petit matin d'hiver, aux premières heures de la journée, il a pris rendez-vous pour une séance médiumnique, mais j'en ignore la thématique. Je devine qu'il descend à peine du train qui l'a conduit depuis sa Bourgogne natale jusqu'à mon cabinet. Il semble respirer avec peine malgré une silhouette svelte et sportive. Ses mains, calleuses et imposantes, trahissent des années de travail manuel et de chef de famille habitué à avoir de la poigne face à toutes les décisions qu'il doit prendre.

C'est pourtant un homme terrorisé que j'ai face à moi et dont je n'arrive pas à capter le regard. Je pense tout d'abord que c'est l'exercice auquel il va être confronté, plutôt atypique, qui est la source de son anxiété. Je me trompe. Jean-Claude s'assoit calmement et sort d'un petit cartable qu'il a apporté pour l'occasion un cahier, des stylos ainsi qu'un dictaphone qu'il place dans une symétrie parfaite. Il entre alors dans un silence quasi religieux.

Mon rituel, avant de démarrer une séance médiumnique, est inchangé depuis douze ans ; je note à mon tour, sur une feuille de papier, le prénom et la date anniversaire de mon consultant. C'est l'introduction à un autre type de lecture pour moi, celle de la carte d'identité spirituelle de la personne qui vient me consulter.

– Jean-Claude, pouvez-vous me donner votre date anniversaire, s'il vous plaît ?

– Oui, il s'agit du 6 février 1969. J'ai eu cinquante ans.

Ses mots sont saccadés, mais précis.

– Je reconnais volontiers un piètre niveau en mathématiques, mais si mes calculs sont bons, vous venez de fêter vos cinquante et un ans, et pas cinquante !, lui dis-je en souriant pour lui signifier que j'ai noté sa coquetterie.

– Non, ce n'est pas possible !, dit-il sèchement.

Je sens que l'heure n'est pas à la démonstration arithmétique et je préfère demander à Jean-Claude ce qui l'a poussé à parcourir autant de kilomètres pour venir me voir. S'il ne m'a déposé aucune photo de défunt avec lequel il souhaiterait rentrer en contact, je sens pourtant une présence paternelle invisible forte, mais je le laisse s'exprimer.

– J'ai de gros problèmes de santé, j'ai besoin de savoir où j'en suis, me répond-il comme s'il réprimandait une enfant qui n'aurait pas rangé sa chambre.

Je cherche mes mots dans un souci de justesse et de diplomatie ; ce que je vais dire à Jean-Claude sera peut-être déroutant.

– Je ne vous vois avoir aucun problème de santé que l'on puisse qualifier de grave. Je vois même plutôt de beaux projets s'ouvrir à vous prochainement.

– Vous dites n'importe quoi. Je vais bientôt mourir, m'assène-t-il sans émotion ni pathos, dans une terreur froide. Je souffre d'hypertension artérielle systolique. De jour comme de nuit, j'entends mon cœur taper dans ma poitrine avec la violence d'un marteau-piqueur. Aucun traitement ne m'apaise. Le pire, c'est au moment du coucher, le tempo s'affole et je passe des nuits blanches. De toute façon, c'est comme ça dans ma famille. Mon père me l'a toujours dit.

Enfin, il évoque son défunt père. Cela me permet de lui poser cette question fondamentale pour l'intuition qui se dessine en moi :

– Depuis quand votre papa est-il décédé ? Quel âge avait-il, Jean-Claude ?

– Pile cinquante ans. Cela fait exactement vingt-cinq ans.

Je comprends à cet instant précis la détresse qui anime Jean-Claude. Ce n'est pas celle d'un homme en deuil. C'est celle d'un homme encore en vie.

– Et vous pensiez, à votre tour, ne pas passer le cap de la cinquantaine, c'est bien cela ?, lui chuchotai-je.

– TOUS les hommes de ma famille sont décédés avant leur cinquantième anniversaire. Mon oncle est mort d'un infarctus à quarante-neuf ans, mon père le jour de son anniversaire : il s'est écroulé la tête dans les bougies que ma mère avait patiemment déposées sur son gâteau. Mon frère a eu un accident de tracteur l'année dernière, il est hémiplégique à seulement quarante-cinq ans…

– Vous avez déjoué tous les pronostics, toutes les sombres malédictions familiales ! Vous êtes encore là, mais vous étiez tellement persuadé de mourir que votre cœur n'y comprend plus rien : il était censé s'arrêter de battre. À défaut, il vous envoie des signes, il se manifeste et vous réveille la nuit !

– Mais je n'ai rien prévu pour l'avenir, moi ! Mon exploitation s'est vendue en un mois à peine, malgré la conjoncture : que vais-je faire, à présent ?

– Dormir, mourir, rêver peut-être… C'est Shakespeare qui nous montre le parallèle entre le sommeil et la mort. Visiblement, l'Univers a d'autres plans pour vous, mon cher Jean-Claude ! Il est temps de réfléchir à ce que vous souhaitez faire, désormais.

– J'ai toujours fait ce qu'on m'a dit de faire ! Nous sommes tous viticulteurs, de père en fils, il n'était pas question de remettre en cause la parole du patriarche. Et pourtant, je vais vous faire une confession : j'ai toujours détesté le vin. Moi, j'aurais voulu…

– Être un artiste, c'est bien cela ? Battre la mesure et suivre les inclinations de votre cœur ? Il vous joue une formidable symphonie : celle d'un homme qui peut désormais vivre à son rythme.

En entendant ces paroles, Jean-Claude s'est enfin autorisé à respirer, à embrasser la vie qu'il ne s'était jamais permis d'avoir, par loyauté et par amour envers ses parents. Il envisage désormais de racheter le petit restaurant de son village pour y organiser des animations musicales.

*

Comment s'autoriser à percevoir les signes qui nous entourent si ces derniers viennent contredire un plan de vie tacitement décidé dans l'ADN familial ou obscurcir le paysage existentiel dans lequel nous avons choisi de vivre ? Le quotidien est rempli de « je dois » et de « il le faut ». Mais pour qui, au juste ? Pour des parents que nous ne voulons pas décevoir, ou au contraire que nous voulons défier ? Pour la société qui nous offre en retour une certaine aisance matérielle et un confort de reconnaissance et de moralité ?

Nous vivons au quotidien comme des protagonistes shakespeariens. Nous interagissons ensemble comme les héros d'une tragédie, craignant le courroux du destin et de ses augures malheureux. Un signe ne peut être autrement perçu que de façon négative : c'est la grande Faucheuse qui vient troubler la quiétude des vivants, c'est la sorcière qui rapine ou jette un sort mortel.

Comment lutter contre une ordonnance divine qui nous soumettrait à réaliser la mission qu'il nous incombe d'accomplir ? À quoi bon écoper un navire qui est prévu au naufrage ou pourquoi refuser une existence dorée même si cette dernière ne nous épanouit pas ? Le déni de nos souffrances provient souvent du fait que notre propre lignée a transformé cette souffrance en fatalité transgénérationnelle et qu'elle nous transmet un fardeau au pied de

notre berceau. Il devient ensuite une ganse étroite et emprisonnante dont nous ne voyons aucune échappatoire possible.

Que répondrait un chef d'entreprise au bord du burn-out à vos inquiétudes concernant son bien-être et sa santé ? Très certainement qu'il a bien trop de responsabilités et de rendez-vous pour lever le pied. Quand on sait qu'entre l'expression « lever le pied » et « partir les pieds devant », il n'y a qu'un adverbe, cela pourrait tendre à une réelle réflexion…

Comment une mère de famille justifierait-elle son couple conflictuel et ses soupçons d'adultère, ses pleurs chaque soir ? Elle arguerait du fait qu'elle ne veut pas détruire la sphère familiale qu'elle a construite, ni se mettre en insécurité sociale et financière si elle devait envisager une séparation.

Nous cherchons tous une plate-forme sécuritaire dans une vie qui nous échappe souvent, et nous n'avons pas envie de voir les avertisseurs clignoter sur la route que nous avons empruntée. Par ailleurs, si nous admettons être les acteurs de notre tragédie humaine, placée sous le signe du « fatum », ce destin, celui qui dépasse l'homme, à la fois inéluctable et sacré, c'est que nous validons l'idée de créer une histoire empreinte de sens. Chacun d'entre nous serait investi d'une mission qui lui est propre, tantôt ballotté par l'extérieur, qu'il s'agisse des dieux, de ses congénères ou de sa condition, tantôt secoué par l'intérieur, à devoir combattre en permanence les passions qui l'animent.

Ceci est le fruit d'une réflexion purement occidentale qui nous amène à considérer le signe comme porteur de sens et d'éclairage, plus ou moins funeste, sur la vie terrestre que nous incarnons. D'un point de vue bouddhiste, l'existence n'a ni sens ni objectif. Elle consiste essentiellement à prendre en compte la réalité de l'impermanence, c'est-à-dire l'acceptation que la seule chose qui ne

change pas tout au long de notre vie terrestre, c'est que tout change justement. En Orient, la souffrance, que nous tentons de fuir et d'éviter dans chacun de nos choix, est au contraire indissociable de l'existence. Elle est essentielle pour nous remettre en question et à défaut de l'écarter de notre chemin d'expérimentation, nous devons faire corps avec elle pour nous l'approprier : c'est le Samsara, une notion que les Occidentaux, dont je fais partie, ont bien du mal à accepter comme postulat de départ à toute forme de vie. N'est-il pas entendu qu'entre deux maux, nous nous attelons à choisir le moindre ?

Élevé dans un monastère, Dzogchen Ponlop Rinpoché est né en Inde et a été ordonné moine à seulement neuf ans. S'il a été reconnu par ses pairs comme un grand maître spirituel et a épousé cette mission de vie, il prône la liberté d'action et nous encourage à nous laisser porter par le flux constant de la vie : « Il est préférable de créer les buts au fur et à mesure que nous évoluons. […] Le savoir nous encourage à devenir autonomes, à nous déconditionner de notre éducation, de nos peurs, de nos habitudes. Cela demande du courage, de faire preuve de discernement et de patience. »

Le discernement, c'est savoir, du fond de notre caverne du monde sensible, faire la distinction entre les ombres pâles des feux allumés et la lumière éclatante du soleil ; c'est faire confiance aux idées plutôt qu'aux préjugés. Discerner, c'est trier de façon salutaire, dans le fond de son cœur, les vérités que l'on tait par peur de les affronter ou parce qu'elles ne sont que les diktats avec lesquels nous cohabitons depuis notre plus jeune âge.

Par manque de courage, par manque de temps ou de confiance en nous, nous nous sommes détournés des signes qui nous entourent et que nos ancêtres considéraient pourtant comme de précieux messages envoyés par les dieux.

Un vieux proverbe romain dit que le destin conduit celui qui veut bien le suivre. Il traîne celui qui ne le veut pas. Notre relation à la notion de destinée, créée par l'héritage transgénérationnel, culturel ou religieux, sclérose davantage l'idée selon laquelle la destinée tenterait de nous avertir de tous les champs des possibles qui se présentent à nous. Pourquoi se détourner du chemin qui semble tout tracé ? Pourquoi tenter d'observer le monde comme un support de réponses possibles à nos peurs intestines, si les dés de l'existence terrestre ont été jetés sur la table céleste avant notre naissance ?

Nous sommes finalement des Œdipe modernes, toujours en quête de nos origines et dans la volonté de trouver du sens ; nous tentons de fuir les prophéties et les malheurs sans pouvoir réellement les affronter, alors que nous avons souvent sous les yeux des frémissements de doute et des avertissements quant aux erreurs que nous sommes en train de commettre.

Un signe, c'est un peu l'oracle de Delphes qui nous envoie une prophétie, ou la Sphinge qui nous propose une énigme : l'entendre est parfois insupportable, le voir un bouleversement.

C'est là tout le paradoxe : accepter de recouvrer la vue, nous qui avons été si longtemps aveuglés dans notre caverne, c'est accepter un nouvel éclairage de vie parfois plus éblouissant encore.

Notes

1. Victor HUGO, « À Villequier », *Les Contemplations*, Michel Lévy, 1856.

2. Elisabeth KÜBLER-ROSS et David KESSLER, *Leçons de vie*, Pocket, 2000.

3. Lewis CARROLL, *Alice au pays des merveilles*, Macmillan and Co, 1865.

4. Alphonse de LAMARTINE, *Méditations poétiques*, Charles Gosselin, 1820.

Qu’est-ce qu’un signe ?

Sémiologie d’un langage oublié

« Quelques petits mots d’amour
Dans mon cœur, pour toujours.
Parce que c’est un jour particulier,
Je voudrais te les dédier.
À toi Maman,
Je dédie ce poème,
À toi Maman,
Je déclare : je t’aime. »

C’est d’une voix tremblotante et en étranglant la tige de la rose que j’avais cachée derrière mon dos que j’ai déclamé ce texte à ma mère pour sa fête. Du haut de ma petite poignée d’années terrestres, j’avais l’impression d’avoir accompli une performance digne des plus grands, à savoir mes camarades d’école primaire. J’avais passé des heures à m’imprégner de chaque mot, prenant soin de garder le secret. Point d’effusions ni d’accolades au sein de ma famille : les souffrances familiales passées ainsi que les blessures parentales avaient jeté un voile opaque de pudeur sur les émotions. C’était donc une belle victoire que je remportais là. J’étais la première à dire tout haut ce que tout le monde pensait tout bas : je

t’aime ! Le sourire que je reçus en retour de ma déclaration maladroite restera ma plus belle madeleine de Proust. Le voir se diffuser sur le visage de ma mère et irradier ma journée fut comme une révélation, celle du pouvoir magique des mots.

Forte de ce savoir, j’ai décidé d’explorer le langage et ses vertus cachées sous toutes ses formes. J’ai dévoré les livres, bu les paroles de mes enseignants, écouté tous les contes de Charles Perrault dans le casque trop grand de mon walkman. Je laissais les mots infuser en moi, comprenant que le langage façonne la manière dont nous voyons le monde et comment nous nous voyons en lui. J’avais sans cesse envie de réitérer mon tour de magie originel et d’observer comment les mots pouvaient agir sur mon entourage. J’ai commencé par fabriquer des cocottes en papier, où se cachaient des mots, tantôt flatteurs, tantôt piquants, selon la combinaison de chiffres et de couleurs que mes copines de récréation choisissaient. Le mot sautait au visage des participantes comme un clown facétieux, et je me délectais de leurs réactions. Je me suis également servi des mots comme de justiciers courageux, pour défendre la cause scolaire en tant que déléguée de classe, ou la cause fraternelle pour négocier de l’argent de poche auprès de mes parents.

Plus tard, Victor Hugo, Goethe et Charles Baudelaire m’ont appris la subtilité poétique, le sens caché des mots, ainsi que la stylistique. J’avais la sensation d’avoir accès à un monde où la porte d’un mot ouvrait sur un autre monde, caché, riche d’un sens nouveau, et réservé aux initiés. Les mots portaient mes chagrins comme des grooms tenant des valises trop lourdes, ou m’ébouriffaient de joie à grands coups de points d’exclamation. Je suis allée aussi loin que mes capacités intellectuelles me l’ont permis dans des études littéraires parisiennes afin d’accéder à mon souhait d’enseigner à

mon tour cette matière que j'avais extraite de la glaise depuis mon enfance. Je voulais transmettre mes cartes routières d'expéditions linguistiques comme des aides précieuses pour de nouveaux explorateurs, et leur faire vivre à leur tour la joie de recevoir un mot qui touche et qui transporte.

La plus belle leçon d'humilité que j'aie reçue fut celle des bâillements de mes élèves, et pas seulement de ceux du dernier rang : les grands auteurs assommaient visiblement leurs jeunes esprits. Heureusement, l'écho des mots parvenait au cœur de certains élèves, et il semblait alors qu'un double langage s'installait entre nous et le reste de la classe. C'est à ces visages concentrés et à leurs questions pertinentes que je me suis accrochée durant mes années d'enseignement, tout en essayant de prouver aux autres que Marivaux « n'était pas relou ». J'envisageais par ailleurs de me lancer dans des travaux de recherche universitaire en sémiologie pour continuer de délivrer les clefs du monde subtil du langage.

Lorsque j'ai été appelée dans un autre monde, comme vous le savez, avec perte et fracas, j'ai déposé des mots sur une feuille comme un comédien qui attend l'approbation d'un public, des applaudissements ou des cris. Le dernier poème que j'ai écrit pour ma maman n'est sans doute plus lisible, car il repose à ses côtés dans le fond d'un cimetière normand. Je ne voulais pas alors raviver la flamme d'un sourire, mais que la magie de ces quelques mots opère une dernière fois et qu'il me donne accès à un nouveau langage entre elle et moi. Pour la première fois de ma vie, c'est dans le silence que j'ai appris à communiquer et à développer ma médiumnité. C'est en faisant le vide au fond de moi et en côtoyant l'absence que ma mère a déposé des signes de sa présence. J'ai travaillé à l'apprentissage de ce nouveau moyen de communication comme si je m'investissais dans la découverte d'une langue

étrangère. La grande différence avec la notion d'apprentissage est que j'avais l'impression de m'en souvenir. Je mobilisais tous mes sens au service d'un nouveau langage bien plus puissant que nos simples mots : un son me parlait, une vision pouvait s'accompagner d'un bruit, une odeur semblait s'accompagner d'un grand champ énergétique. Il subsistait un grand point commun entre les signes que je recevais et que je percevais et les cours de français que je donnais jadis : ils touchaient certains, et d'autres non.

Savez-vous quelle est la différence entre ma vie de professeur et ma vie de médium ? Hormis la valeur sociétale, professionnelle ou morale que l'on pourrait attribuer à chacun de ces métiers, il n'y en a aucune. Je reste et demeure la sémiologue que j'ai toujours voulu être. J'ai appris à décrypter la langue de Molière, j'apprends désormais à comprendre la langue des poètes disparus. À cela près que vous ne trouverez pas cette leçon dans les polycopiés d'un établissement public.

*

La sémiotique de l'Au-delà est fascinante car elle s'appuie sur les mêmes procédés que la sémiotique actuelle, qui est née des travaux de Charles Sanders Peirce. Pour rappel, la sémiotique est l'étude des signes et de leur signification, c'est-à-dire la production, la codification et la communication de signes. Un signe établit toujours une correspondance entre ce que l'on nomme le signifié, c'est-à-dire le monde des objets et des idées, et le signifiant, à savoir le monde du langage. En d'autres termes, le signifiant est l'association de lettres formant des sons que nous allons choisir pour former un mot. Ainsi le mot « chat » désignera notre félin de compagnie. Le signifié

est la définition du signe. L'un est le contenu, c'est-à-dire le chat, l'autre est le contenant, le mot choisi pour le représenter.

Dans l'univers linguistique terrestre, il existe trois sortes de signes : l'indice, l'icône et le symbole. L'indice est un signe attaché à l'objet : il constitue un élément essentiel de la communication non verbale. Si les aboiements d'un chien sont les signes de son anxiété, la fièvre sera l'indice d'une maladie, tandis qu'un ciel gris sera l'indice d'une pluie imminente.

L'icône est un signe détaché de l'objet mais qui le représente de manière figurée, qui lui ressemble. En sémiologie, on dit que le signe est motivé. Le panneau de stop rouge et blanc que l'on trouve sur les routes est ainsi une icône de signalisation. Un dessin, une peinture ou une sculpture sont des icônes représentatives, de même que les pictogrammes que nous organisons sur nos ordinateurs.

Le symbole, lui, est un signe détaché de l'objet et qui ne partage toutefois aucun point commun avec lui ; on parle d'ailleurs de signe arbitraire. La colombe a été désignée comme symbole de la paix ; le rouge est une couleur qui symbolise l'interdiction ou le danger ; le rose, dans le langage des fleurs, est la couleur qui symbolise l'amitié.

Ce que l'on appelle le message, dans le système sémiologique du langage, c'est tout simplement le produit de la mise en relation de tous ces signes les uns avec les autres. Qu'est-ce qui fait de nous de bons messagers ? C'est notre capacité à transformer un outil linguistique en un art de l'éloquence. Lorsque nous choisissons nos mots, nos « écrins personnels » pour représenter le monde des objets et des idées, nous allons les personnaliser afin d'être au plus près de la réalité que nous voulons décrire. Utiliser le mot « chat » ou « félin » ou encore « Mistigri » revient à choisir entre trois signifiants qui ont le même signifié, mais permettra à notre

interlocuteur de comprendre la connotation que nous voulons y apporter.

Un bon messager saura choisir le meilleur signifiant possible selon la réalité qu'il souhaite décrire, sous le prisme de son regard, de ses émotions, et de l'auditoire auquel il s'adresse. Notre langue offre un registre de subtilités infinies, que l'on combine au niveau grammatical, syntaxique et stylistique.

Cela pourrait constituer un formidable terreau pour planter des graines de communication harmonieuses et fertiles ; mais à l'intérieur d'un même système linguistique, un signe peut avoir plusieurs signifiés, créant ainsi une polysémie. Chaque langue, portée par son histoire et sa culture, a créé ses propres codes ainsi qu'un référentiel unique. Comment être compris de tous, quand on sait que, par exemple, la couleur jaune est associée à la noblesse dans la culture chinoise, quand elle connote la trahison et la lâcheté en Occident ? Comment se réunir autour du recueillement et du deuil, quand nous nous habillons de noir pour signifier ce dernier, mais qu'il convient d'arborer du blanc en Inde pour célébrer le départ d'un être cher ?

Si les Occidentaux usent des embrassades pour signifier leur capacité à se fondre dans le paysage social, allant jusqu'à compter, selon les régions, le nombre de bises qu'il convient de faire, le baiser est considéré comme un acte sexuel en Afrique et en Asie, et vous risqueriez d'offenser votre interlocuteur. Un geste, signe corporel, déposé comme une autorisation à l'échange et à la convivialité pour les uns, serait *a contrario* une agression et une provocation pour les autres. Entre le baiser de l'amitié et celui de Judas, il n'y a finalement qu'une infime frontière, celle de l'interprétation que nous allons en faire.

Dites à vos parents – ou grands-parents, selon les générations –, que le dernier film que vous avez vu était « trop chanmé », je ne suis pas certaine que vous pourrez entamer un débat critique sur le cinéma avec eux ! Ce que les linguistes appellent le triangle sémiotique, c'est-à-dire la correspondance entre l'objet, le nom qu'on lui attribue et le sens que nous allons lui donner peut s'avérer être un véritable triangle des Bermudes dans une conversation. Comment interpréter le maillage subtil des messages que nous recevons à travers les mots ? Le langage devient alors un écueil de malentendus, de faux-sens et d'incompréhension.

J'ai toujours aimé l'épisode biblique de la tour de Babel, mythe originel du langage et de sa création, parce qu'il offre des pistes de réflexions profondes et riches non seulement sur la notion de puissance de l'effort collectif, mais également sur la totalisation du savoir.

À l'origine, il n'existait qu'un seul langage sur Terre. Partis de l'Orient, les hommes parvinrent en Mésopotamie et décidèrent d'y construire une cité de briques et entreprirent de bâtir une tour qui s'élèverait jusqu'au ciel afin de se faire un nom et de n'être surtout pas dispersé sur la surface de la Terre.

Dieu descendit alors sur Terre pour voir la cité et la tour. Il comprit qu'avec une seule langue, les hommes seraient alors capables de réaliser tous leurs projets. Il décida de les disperser aux quatre coins de la Terre et de multiplier leurs langues afin qu'ils ne se comprennent plus entre eux. C'est pourquoi la cité achevée porte le nom de Babel, qui porte d'ailleurs une double étymologie. Il signifie à la fois « Porte de Dieu » et « la confusion », comme pour évoquer cette entreprise humaine tant merveilleuse que maudite. Cette

maison du fondement du Ciel et de la Terre devait permettre aux hommes et au roi, dans leur orgueil, de s'élever jusqu'à la divinité.

L'envers du mythe de Babel, dans la perspective chrétienne, c'est au contraire la reconstruction d'une union et d'une communication entre les hommes, de même qu'une alliance rétablie entre le Ciel et la Terre, après qu'Adam et Ève ont été chassés du jardin d'Éden. Force est de constater que nous avons échoué dans cette mission unificatrice : la parole a non seulement divisé les hommes, mais elle a inoculé le doute terrible sur l'existence du divin.

*

C'est en lisant cette phrase tirée du livre de l'Apocalypse que je compris qu'un signe de l'Au-delà était, avant toute chose, la délivrance d'un message universel : « Et je vis un autre ange qui volait au zénith. Il avait un Évangile éternel à proclamer à ceux qui résident sur la Terre : à toute nation, tribu, langue et peuple. » (Apocalypse 14, TOB[1])

Percevoir un signe de l'Au-delà, c'est retrouver, l'espace d'un instant, notre langage originel, celui qui est perceptible et compréhensible par chacun d'entre nous, mais que nous avons oublié. Nous nous sommes perdus dans les méandres de notre volonté de tout contrôler ; d'un magnifique outil sémantique, polysémique et polyphonique, nous avons fait une cacophonie où chacun tente de parler plus fort que l'autre.

La force d'un signe, c'est donc sa capacité à puiser, avec exactitude, dans notre domaine référentiel pour nous atteindre de façon individuelle. Depuis toujours, il combine à l'infini notre langue, nos mots, nos expressions, nos gestes ainsi que nos attitudes pour distribuer, à chacun d'entre nous, la preuve que nous sommes les

bons destinataires du message qu'il est venu nous délivrer. Il sélectionne, parmi les millions de combinaisons possibles, la bonne tonalité, le bon mot, pour rendre son identification indiscutable. Ce que Dieu, ou le Cosmos, le Grand Tout, comme vous souhaiterez l'appeler, a dispersé, il sait le réunir par la seule justesse d'un signe.

Justesse et humour, aussi. Bertrand est un jeune cadre dynamique d'une trentaine d'années, très préoccupé par sa carrière et par un travail de chargé d'affaires dans une ambassade américaine. Il me consulte depuis près de cinq ans afin de s'assurer que les choix qu'il fait sont les bons et qu'il s'oriente avec stratégie face aux innombrables concours internes qu'il passe régulièrement afin de gagner des échelons et la reconnaissance qu'il n'a jamais eue auprès d'un père mort dès son plus jeune âge.

Ordinairement enjoué et souriant à la perspective de notre séance, je découvre ce jour-là un homme hagard, creusé par la fatigue.

– Anne, je suis bouleversé. Maman est décédée il y a trois jours à peine d'un violent AVC. Elle était en train de prendre son petit-déjeuner dans le jardin de sa maison, et a dû se sentir mal. Son premier réflexe a été de se lever brusquement et de tenter de faire quelques pas en direction de la maison, mais en titubant, elle est tombée dans notre piscine et s'est noyée. Je n'ai pas le cœur à aborder mes thèmes habituels de séance. D'ailleurs, je ne devrais même pas être là. Au moment où nous parlons, elle repose encore à la chambre funéraire de l'hôpital. Je dois y retourner.

Je sais dans quelle peine est plongé Bertrand ; il s'était accroché à sa mère comme son seul repère d'éducation, sa référente de cœur, toujours à ses petits soins. Je m'apprête à lui dire qu'il est beaucoup trop tôt pour espérer établir un contact médiumnique avec

Simone, sa mère, qui doit prendre le temps de comprendre où elle est et ce qui lui est arrivé. Je ne suis pas certaine de recevoir de message suffisamment précis pour rassurer Bertrand de sa présence. C'était sans compter la persévérance de cette femme qui avait tout géré d'une main de maître toute sa vie. Je sens sa présence juste derrière Bertrand, et je lui demande de m'aider à comprendre la raison de sa venue si précoce. J'entends, comme un hurlement à l'intérieur de ma boîte crânienne, une voix féminine qui me dit : « Les saligauds qui sont en train de préparer ma pierre tombale se sont trompés sur mon nom de famille ! Répète à mon fils ! »

J'ai appris qu'un médium a l'humble mission de servir le monde invisible sans vouloir pervertir le message qu'il reçoit de sa « touche personnelle ». Tout simplement parce qu'il ne lui appartient pas. Je répète donc, mot pour mot, le message de Simone, en tentant de reproduire le ton autoritaire qu'elle a employé en appuyant sur toutes les consonnes.

– Saligauds ? Mais c'est un mot de ma mère, ça ! J'avais beau lui dire que c'était démodé, elle le disait à toutes les occasions. Mais je ne comprends pas ce qu'elle veut dire, c'est moi qui me suis occupé de la pierre tombale ; j'ai donné toutes les instructions… C'est vraiment elle qui vous dit tout cela ? Elle n'est même pas enterrée, la pauvre. J'appelle le marbrier tout de suite, si vous me le permettez.

Une erreur au niveau de l'état civil. C'est ce qu'a invoqué le marbrier qui était en train d'inscrire le nom du dernier compagnon de Simone avec qui elle avait été mariée quelques petites années. Simone avait sans doute voulu nous montrer que rien n'était finalement jamais « gravé dans le marbre ». Un seul mot avait suffi à Bertrand pour dépasser son scepticisme et son chagrin. Il a pu

rendre une dernière visite à sa défunte mère à l'hôpital en lui chuchotant à l'oreille que tout était réglé pour sa tombe. Les infirmières lui ont proposé un cachet pour pouvoir se reposer. Il leur a répondu que même les morts ne dorment jamais…

Nous avons tous créé, dans le système linguistique humain, nos propres signes : des indices, des icônes ou des symboles qui incarnent nos représentations visuelles, morales, intellectuelles ou spirituelles du monde dans lequel nous vivons. Si vous donnez le mot « courage » à une assemblée en lui demandant quelle est la figure la plus représentative de cette qualité selon elle, il y a fort à parier que les réponses seront très éclectiques. Jésus, Mère Teresa, Superman ou encore notre maman peuvent se côtoyer le temps d'un échange improbable autour du mot « courage ». Mais dans l'esprit et le cœur de ceux qui les auront choisis, ils seront, pour toujours, leurs super-héros, quels que soient leurs faits d'armes.

Comme je l'évoque souvent durant mes conférences, le métier de médium n'est placé sous l'égide d'aucun maître et d'aucun enseignant. Saint Michel s'est rapidement imposé à moi comme un référent fort et iconique, tout d'abord parce qu'il représente le garant de la justice et de l'équité en toute situation, ensuite parce qu'il est toujours apparu de façon synchronistique dans ma vie. Je suis née le jour de la saint Michel, c'était également le prénom de mon grand-père ; mes parents l'ont féminisé pour que je le porte ainsi en deuxième prénom ; l'année où ma vie entama un virage décisif, j'ai eu la chance de rencontrer un grand médium qui me prit un peu sous son aile et m'encouragea dans cette voie spirituelle qui me semblait folle et incertaine. Vous faire deviner son prénom s'apparenterait à vous proposer une charade vieille comme le monde…

Le premier achat que je fis donc pour décorer mon cabinet fut une lithographie de saint Michel, que je surnomme mon « Big Boss ». Saint patron qui a terrassé le dragon, il représente la victoire sur nos ombres, sur nos peurs. Il veille sur moi et m'encourage, dans toutes les situations auxquelles je suis confrontée, dans chaque séance médiumnique que je propose, à me poser la question suivante : « Agis-tu avec justice et justesse ? »

Quand il m'est possible de le faire, j'aime rendre visite à saint Michel. Sans doute avez-vous entendu parler des sept sanctuaires qui lui sont dédiés, très éloignés géographiquement les uns des autres, de l'Irlande jusqu'en Israël. La ligne de distance qui les sépare est parfaitement alignée si l'on trace un trait sur une carte routière. Les visiter est devenu pour moi un projet tant touristique que spirituel.

Après la France et l'Italie, l'occasion me fut donnée de me rendre en Grèce, à Symi précisément, une petite île de charme près de Rhodes. J'avais, je dois l'avouer, presque harcelé mon petit groupe familial chaque jour de vacances pour me rendre au monastère Panormitis.

Sur place, nous nous faufilons discrètement parmi la foule d'hommes et de femmes en pleine prière au sein de la chapelle où un immense portrait de saint Michel est exposé devant moi. Je souris, à la fois fébrile et reconnaissante de pouvoir m'imprégner des belles énergies de sérénité qui s'échappent de ce lieu hors du commun.

Mais mon recueillement est rapidement perturbé par le châle de ma voisine. Il est en angora. J'y suis fortement allergique et je sens déjà mes yeux me gratter et mon nez me piquer. Je lutte de toutes mes forces pour ne pas éternuer, et plonge ma main dans mon minuscule sac à main afin d'y trouver un mouchoir. De ce tout petit

espace, je décide de sortir méthodiquement ce qu'il contient pour procéder par ordre. D'abord mon téléphone, que je confie à ma fille. Je viens de commettre l'irréparable. Le prêtre me voit et, imaginant sans doute que je vais le bombarder de clichés, pointe son doigt sur moi en interrompant la messe. Avez-vous déjà vu un prêtre orthodoxe grec ? Comme dirait ma fille Stella : « Il fait peur le monsieur tout en noir avec sa barbe grise qui lui arrive jusqu'au ventre ». Je n'ai pas compris un traître mot de ce qu'il me disait, mais le regard médusé des pèlerins assistant à la scène m'offrait une impitoyable traduction. Impossible de lui expliquer la terrible méprise. Tandis que je me décidai à sortir rapidement du monastère, une haie, non pas d'honneur, mais d'opprobres, s'était constituée. Au fur et à mesure que je progressais vers la sortie, je pouvais entendre des vieilles femmes, vêtues de noir, me chuchoter des mots grecs qui pleuvaient comme des poignards sur ma tête.

Si saint Michel a terrassé le dragon à coups d'épée, je venais d'être terrassée à mon tour par le patron que je chérissais le plus. Cette anecdote a fait le tour de mes amis et elle suscite encore les rires (on disait que moi, l'élève modèle d'ordinaire, j'avais réussi à me faire virer d'une messe), mais à cet instant précis j'avais compris que l'Univers venait d'employer les grands moyens pour m'avertir de quelque chose. J'ai porté un chagrin sourd et indicible pendant plusieurs jours. Le temps de rentrer chez moi et d'essuyer pléthores de mauvaises nouvelles, plus graves les unes que les autres.

Quelques mois plus tard, l'immeuble voisin du mien s'est effondré, sous mes yeux, suite à une importante fuite de gaz. J'ai remercié le Ciel de m'en sortir indemne, ayant eu juste le temps de me jeter à terre au moment où toutes mes vitres étaient soufflées par la violente explosion. La barrière de la langue m'avait empêchée de m'exprimer auprès de cet homme de foi, mais il avait cédé sa place

à un langage universel, plus puissant et m'atteignant directement au cœur. Qui de plus représentatif pour moi que saint Michel pouvait me délivrer un tel message de danger imminent ?

J'ai pris conscience des moyens illimités de l'Au-delà pour nous atteindre et pour être un messager parfait. Il peut, à tout moment, emprunter l'une de ces voies pour se manifester à nous et nous indiquer celle à suivre. Paulo Coelho écrivait que « l'extraordinaire se trouve sur le chemin des gens ordinaires ». Sommes-nous simplement capables de le voir ?

Un acte de foi, une preuve par l'intime

Longtemps, j'ai créé ma légende personnelle concernant mes problèmes de vue. Myopie doublée d'astigmatisme : ma mère prit un malin plaisir à m'affubler de petites lunettes ovales cerclées de blanc que je détestais. Mes petits copains d'école disaient que je ressemblais à John Lennon avec des couettes. Autant dire qu'il valait mieux que je devienne une bonne élève qu'une vamp des bacs à sable. Je les aurais bien jetées au fond de mon cartable sitôt qu'elle avait le dos tourné, mais j'aurais dû affronter un nouveau problème : j'aurais été incapable de voir à plus de quelques mètres devant moi. J'étais persuadée que ce problème trouvait sa source dans mes premières années d'apprentissage auprès de ma mère, alors contrainte de me faire la classe à la maison quelques mois suite à une violente pneumonie qui m'avait alitée et affaiblie. Entre deux effluves de camphre qui s'échappaient des cataplasmes qu'elle m'appliquait quotidiennement, je jetais un œil sur mes cahiers en tentant de trouver la réponse à l'exercice. La matière que je redoutais le plus était bien sûr les mathématiques. Elle est toujours ma bête noire.

« Anne, tu ne vois rien ou quoi ? Relis la consigne car une partie de la réponse est déjà dans l'énoncé ! » Mon Dieu ! Comme j'ai entendu cette phrase toute mon enfance ! Pour l'exorciser, je l'ai répétée, comme un fardeau dont on se débarrasse, à mes propres élèves, non sans une pointe de honte. Je pensais qu'il suffisait d'écarquiller les yeux au maximum afin de trouver la réponse, comme on chercherait un trésor dans tous les recoins d'une pièce. À part me plonger dans un état nauséeux à force de réitérer l'effort et de coller mon nez contre la feuille de mon cahier, la récolte n'était jamais fructueuse. C'était une certitude dans mon esprit de petite fille : je m'étais abîmé les yeux à force de les faire rouler sur des kilomètres d'énoncés mathématiques…

Développer une appétence à voir ce que les autres ne voyaient pas est précisément ce que la médiumnité m'a enseigné dès mon plus jeune âge. Pourquoi n'aurais-je pas pu voir la réponse à un problème de mathématiques si je parvenais à percevoir le monde des défunts ? Très tôt, j'ai compris que j'avais accès à un monde invisible pour certains, mais visible pour d'autres. J'avais la sensation de voyager parfois entre deux réalités, à tel point qu'il m'arrivait de pouvoir mieux décrire le visage d'une femme défunte qui apparaissait le soir dans ma chambre que la tenue portée par ma meilleure copine de classe la veille. Ma vue a tout simplement suivi ce troublant paradoxe : elle m'a laissée dans le flou d'une réalité tangible pour me permettre de voir différemment, autrement et plus intensément le monde qui m'entoure. C'est ce précieux cadeau qui m'a permis d'acquérir de la persévérance dans tout ce que j'entreprends et de tenter de comprendre ce que ma mère tentait de me dire ; que n'avais-je pas vu, mais qui était là, sous mes yeux ? Le premier cadeau que je me suis fait, à l'âge de dix-huit ans, fut une

paire de lentilles de contact. Une belle réconciliation avec le monde terrestre.

J'ai décidé de vouer ma vie à aider mes semblables non seulement à voir au-delà des choses, mais aussi à décrypter les signes qui les entourent. Si, comme nous l'avons vu, la sémiologie est l'ensemble des connaissances et des techniques qui permettent de distinguer où sont les signes, de connaître leurs liens et leurs enchaînements, j'ai aussi vocation à être une bonne herméneute. En effet, si la sémiologie, comme pour le langage, cherche à établir une loi des signes, l'herméneutique tente d'y attribuer un sens. Et c'est sur ce point que les hommes se battent et se confrontent depuis toujours : chaque époque, chaque système culturel a été caractérisé par un système d'interprétation différent.

La Renaissance est la plus riche et la plus féconde des périodes en ce qui concerne l'omniprésence des signes. Les hommes considéraient alors le monde comme un grand livre ouvert créé par Dieu, un modèle dans lequel nous pouvions déchiffrer les signes qu'il nous envoyait, parce qu'il était lui-même l'auteur de ce livre. La Renaissance est donc une grande période d'unité entre la Terre et le Ciel, puisque tout est signe et que les mots et les choses y sont en référence directe. Nos mots reflètent une vérité insufflée par Dieu, à tel point que le philosophe Hegel parle de « la prose du monde ».

Observer simplement le monde, était alors en quelque sorte utiliser le meilleur support possible pour comprendre les messages du Ciel. La divination y avait alors toute sa place puisqu'on la définissait comme la faculté, portée à un haut degré, de découvrir ce que l'on ne savait pas. Elle regroupait l'ensemble de nos compétences à observer, comparer, avoir de l'intuition ou faire preuve de perspicacité. Comme les Grecs ou les Romains à leurs époques, les premiers qui pratiquaient la voyance, au sens propre

du verbe « voir », étaient les paysans qui se servaient de leur observation de la nature comme d'une capacité à prédire les naissances, les bonnes récoltes ou pour déceler les vagues épidémiques. La loi des signes consiste donc à découvrir toutes les choses qui sont semblables les unes aux autres. Il n'y a pas de scission entre la Terre et le Ciel, les mots et leurs sens, puisque tout EST, simplement. Voir, penser ou lire sont des arts communs et similaires.

La période classique, jusqu'à la fin du XVIIIe siècle, va venir en opposition avec ce schéma de pensées. Plus de divine trilogie, où Dieu, l'homme et le signe s'entrecroisent et se répondent. Le signe n'est plus qu'une représentation subjective des choses ; dans ce système devenu binaire, le signe n'est plus automatiquement reconnaissable, il ne fait que ressembler à la réalité et devient un instrument de pensée. Dieu est sorti du décor. Telle la vérité mathématique qui transpire de son énoncé, les signes appartiennent désormais à l'ordre de la connaissance. Sans la connaissance qui les ordonne et les utilise à des fins de véracité, un signe n'existe plus en dehors du savoir indispensable qui permet de le décrypter.

Il a fallu attendre le XIXe siècle et la période romantique pour voir s'opérer une soudaine mutation. Alors que l'on s'était focalisé sur les mots et le discours, l'objet central de la connaissance redevient l'homme. L'homme, l'entité la plus intéressante finalement, le meilleur sujet d'études qui vit, qui travaille et qui s'exprime !

« Vous êtes tous les deux ténébreux et discrets :
Homme, nul n'a sondé le fond de tes abîmes ;
O mer, nul ne connaît tes richesses intimes,
Tant vous êtes jaloux de garder vos secrets[2] *».*

L'homme apparaît alors comme une puissance obscure et insondable, dont on a envie de saisir l'âme, mais qu'il est impossible de véritablement représenter. L'étude de la biologie est particulièrement éclairante, car elle distingue ce qui apparaît chez l'homme, c'est-à-dire ses organes, et les fonctions de ces dernières. Le langage, avec ses codes, a repris, à nouveau, toute la densité énigmatique et divine qui était la sienne à la Renaissance.

Le XIXe siècle fut riche et dense ; les progrès de la science côtoyant les grands philosophes, les poètes romantiques et les médecins de l'âme. Chacun a tenté selon ses outils, ses connaissances, de se lancer dans une seule et même quête : le sens caché des signes et des choses !

Les philosophes se servent des mots et du langage comme un témoignage de l'esprit des peuples, comme l'accès aux grandes orientations de la pensée humaine. Je puis vous assurer que nous sommes tous des philosophes à nos heures perdues et que nous sondons les événements avec un ensemble d'interrogations parfois assourdissant : pourquoi ? Pour qui ? Dans quel but ? Savez-vous qui sont les plus grands philosophes ? Nos enfants, sans aucun doute ! Chaque parent a dû affronter cette période charnière de leur croissance durant laquelle une simple réponse que nous leur donnons appelle immanquablement un « pourquoi ? ». Ils sont nos meilleurs enseignants, puisqu'ils nous ramènent à l'essentiel en nous faisant accoucher de vérités que nous ne sommes parfois plus capables de percevoir.

Les mathématiciens, eux, extraient de chaque phrase, de chaque combinaison de mots, un réseau de connaissances logiques et empiriques pour pouvoir appliquer ensuite des théories selon les situations. Le médecin s'appuie sur des symptômes comme autant d'indices pour établir un diagnostic et mettre en évidence une

maladie ou une aliénation. Qu'il s'agisse d'une fièvre, d'un mal de tête ou encore d'un acte manqué ou d'un lapsus, le médecin devient l'enquêteur d'une recherche invisible.

Voir un arc-en-ciel en sortant de chez soi, d'un point de vue scientifique, n'est ni plus ni moins qu'un phénomène optique. D'un point de vue psychologique, il peut signifier le besoin ou l'envie de relier deux mondes entre eux, ou de créer un lien de communication entre deux personnes. D'un point de vue spirituel, l'arc-en-ciel est composé des sept couleurs de nos chakras, et nous transmet un beau message d'inclusion et de cohésion. Si j'ai envie d'être une observatrice sensible du monde qui m'entoure, et qu'après une période difficile dans ma vie, je vois irradier au-dessus de moi les rayons vibrants de ce pont coloré, il peut m'offrir une promesse d'accalmie et de félicité.

J'entends évidemment votre interrogation : quelle est la bonne réponse ?

J'ai reçu « ma » bonne réponse un après-midi comme les autres, au beau milieu du métro parisien : l'Univers s'adapte à tous les décors, toutes les situations. Je devais me rendre à un rendez-vous médical à l'autre bout de ligne. Assise sur un minuscule strapontin, je comptais le nombre de stations, interminable, qui me séparaient de mon point d'arrivée. Je me laissais bercer, plutôt secouer, par les vibrations du métro, profitant de l'occasion pour faire un bilan de ma vie de médium. Je n'avais alors commencé que depuis quelques mois, et j'étais évidemment en proie au doute quant à l'efficacité de mon travail de messagère. J'éprouvais également une sensation de frustration de ne pas recevoir de réponse tout aussi tangible pour mes interrogations personnelles que pour mes consultants.

Tandis que je me lançai dans un grand débat intérieur sur ces questions spirituelles, je m'entendis invectiver l'Univers et lui dire : « Mais pourquoi n'arrivé-je pas à vous percevoir davantage ? Pourquoi ne m'envoyez-vous pas des signes indiscutables, qui me permettraient d'arrêter de douter et de prendre confiance en moi ? Vous n'êtes pas cool, vraiment ! Avez-vous conscience des sacrifices de vie que je fais pour vous servir ? »

Vous pouvez tout à fait dénoncer le ridicule chantage affectif auquel j'étais en train de m'adonner, coincée dans un métro qui se remplissait conséquemment avec l'heure de pointe. Vous pouvez aussi saluer le lâcher-prise dont il faut être pourvue pour se permettre de passer un savon à Dieu les pieds boudinés dans des chaussures de Cendrillon du dimanche.

Ma scène de ménage intérieure fut brutalement interrompue lorsque retentit le bip strident de la fermeture des portes de ma station… Sautant de mon siège en catastrophe, je réussis malgré tout à m'agglutiner à la foule pour descendre du wagon.

Sur le quai, mon premier réflexe fut de lever le nez pour inspirer un peu d'air, juste de quoi survivre à mon apnée forcée. Je vis alors que, dans ma précipitation, je m'étais trompée de station : Michel-Ange Auteuil, joli nom pour une erreur. Joli clin d'œil à ma leçon de morale. Il me restait donc à remonter dans le prochain train. Un Parisien vous dirait qu'il s'agit là d'une routine banale et assommante. Devant moi, une affiche promotionnelle si grande qu'il me fallut prendre du recul pour la découvrir dans son intégralité annonçait les dates d'une exposition au Centre Pompidou du célèbre peintre espagnol Joan… Miró. Je fus prise d'un fou rire en comprenant que l'Univers se moquait bien de moi : j'étais miro ! Un mot, grâce à mes fameuses lunettes ovales, que j'ai entendu toute mon enfance. Un mot, surtout, qui, en espagnol, veut dire « je vois ».

J’ai tenté, comme disent les traducteurs, de proposer en moi une traduction littérale du signe que je venais de recevoir : « Tu penses que tu ne vois rien, mais en réalité, tu peux voir, et d’ailleurs, nous sommes là. Vois-nous à présent. »

Je n’ai jamais oublié ce précieux conseil qui me porte chaque jour de doute et d’incompréhension.

*

Comme l’écrit l’historien Carlo Ginzburg, nous sommes tous des interprètes de signes en mal de traduction. Nous sommes des joueurs, c’est-à-dire des enquêteurs face à une énigme à résoudre. Parfois nous manipulons les signes grâce à notre logique, nos connaissances, ou encore nous les dissimulons, parce qu’ils nous encombrent.

Si vous êtes amateur de romans ou de nouvelles policières, quelle sorte de détective allez-vous être ? Choisissez-vous plutôt Scherlock Holmes, le célèbre personnage crée par Conan Doyle ou Hercule Poirot d’Agatha Christie ? Ces deux personnages sont avant tout des hommes de terrain, qui voient cependant ce que les autres protagonistes ne voient pas. Les intrigues de leurs romans se terminent toujours après un déchiffrement complet des signes relevés par leurs soins pour la résolution de l’énigme. Quand on voit la rigueur quasi mathématique de Scherlock Holmes, comme la casquette à carreaux qu’il portait et sa loupe grossissante, on se dit qu’il est animé par une inextricable logique. Or Conan Doyle a consacré l’essentiel de sa vie à tenter de prouver la réalité du monde de l’Au-delà par le biais du spiritisme. Quel paradoxe ! Médecin de profession, son personnage de roman trahit sa démarche cartésienne, mais son profond désir d’aller au-delà des apparences.

Préférez-vous au contraire être Dupin, le héros d'Edgar Allan Poe dans « le Double assassinat rue Morgue » ou encore dans la « Lettre volée » ? Dans cette nouvelle, le détective Auguste Dupin est informé par le préfet de police de Paris qu'une lettre de la plus haute importance a été volée dans le boudoir royal. Chargé de l'affaire, voici ce que Dupin répond au préfet : « Si c'est un cas qui demande réflexion, observa Dupin, s'abstenant d'allumer la mèche, nous l'examinerons plus convenablement dans les ténèbres. » La technique du détective consiste, cette fois, à recueillir les signes directement déposés en surface. Même s'ils ne sont pas visibles immédiatement, ils n'en sont pas pour autant cachés. Dans la « Lettre volée », c'est grâce à la prise de recul de Dupin sur le boudoir qu'il a pu découvrir la pièce à conviction qui était mise en évidence, aux yeux de tous : « La vérité n'est pas toujours dans un puits […] Nous cherchons dans la profondeur de la vallée : c'est au sommet des montagnes que nous la découvrirons. »

Si Sherlock Holmes cherche la vérité plus que le sens, et Dupin un sens général davantage qu'une vérité à énoncer, tous deux percent les mystères des énigmes qui se proposent à eux.

Quels que soient vos outils, votre sens de l'analyse ou de l'observation, il n'y a finalement pas à trancher sur la méthodologie puisque la grande compétence de l'Au-delà réside précisément dans le fait de savoir exactement à qui il s'adresse. Sa force de rayonnement est telle qu'un signe revêt un caractère unique pour son destinataire. Qu'importe que vous le voyiez avec un regard scientifique, psychologique ou spirituel, il s'imprime dans le paysage en s'appuyant sur notre référentiel parfait. Il se pose comme un acte de foi. Il vous touche dans l'intime. Au moment où vous le recevez, il résonne par son alignement parfait et vous touche en plein cœur parce qu'il correspond exactement à ce que vous n'étiez pas venu

chercher, c'est-à-dire à une manifestation de vos interrogations ou de vos doutes intérieurs.

Je parle d'acte de foi, car il crée alors un espace sacré en nous, choisi selon nos croyances, nos obédiences, nos religions. L'Univers saura choisir parmi les figures signifiantes pour vous le meilleur langage sémantique et symbolique pour se manifester. Mais voilà. La représentation des uns n'étant pas celle des autres, remplis de convictions et de certitudes, nous aurons sans doute envie de nous jeter sur le premier venu, de le secouer par les épaules en lui criant : « Te rends-tu compte ? ». S'il vous venait à l'idée de tenter l'expérience, il y a hélas fort à parier que vous n'emporteriez pas l'adhésion des foules. Au mieux, on vous pardonnera votre naïveté, le sourire au coin des lèvres, comme lorsqu'un enfant évoque sa joie à l'idée de pouvoir croiser la petite souris près de son oreiller ; au pire, on sacrifiera votre crédibilité ainsi que votre intégrité sur l'autel du jugement et des diagnostics alarmistes : il vous faut du repos ou un bon diagnostic psychiatrique…

Un signe, c'est une marque visible d'un monde invisible. La meilleure des démonstrations, la plus précise des manifestations ne fait écho en nous que par la grâce avec laquelle elle nous atteint. Les signes viennent à la fois bouleverser notre quotidien organisé, paramétré et nous inviter à voir le monde sous des angles différents : à nous de choisir sous quel angle nous voulons interagir avec notre Univers. La foi ne se démontre pas, elle se vit de l'intérieur et grandit en nous comme un feu sacré d'amour et de certitude. Le signe n'est qu'un relais précieux entre deux espaces. Ne dit-on pas, chez les fervents, se signer ? À travers ce geste pieux, il s'agit sans doute de poser sur soi, sur son cœur, la connexion visible entre le divin et nous-même.

Hasards et synchronicités

« Seul le hasard peut nous apparaître comme un message.
Ce qui arrive par nécessité, ce qui est attendu et se répète quotidiennement
n'est que chose muette. Seul le hasard est parlant.
On tente d'y lire comme les gitanes lisent au fond d'une tasse
dans les figures qu'a dessinées le marc de café[3]*. »*

Anne est une jeune Normande en exil à Paris. Cette ville, elle la considère comme un Eldorado depuis sa plus tendre enfance, lorsque ses parents l'emmenaient, chaque veille de Noël, admirer les vitrines des grands magasins, parées pour l'occasion des plus folles décorations animées. Elle a ainsi travaillé dur, durant toutes ses années d'école, afin de pouvoir prétendre aux meilleures études littéraires, et se frayer une place sur les bancs des classes préparatoires, puis de la Sorbonne. L'excellence n'a pas de prix. Ou plutôt si, elle en a un. Celui du loyer de la petite résidence étudiante qu'elle doit régler chaque mois. Ses parents n'ayant nullement les moyens de l'aider financièrement, elle doit compléter ce planning déjà explosif par un petit boulot qui lui mange tout de même plus d'une vingtaine d'heures chaque semaine. Déjà rodée au rythme drastique des hautes études sans sommeil, elle relève ce défi de jongler avec l'impossible : tout est possible à Paris, se répète-t-elle en voyant sa petite mine fatiguée dans le reflet des vitres du RER C. Si Rimbaud écrivait qu'on n'est pas sérieux quand on a dix-sept ans, on n'est pas fatigué quand on en a vingt et un ! Et pour ses cernes naissants, elle les fera disparaître en un tour de magie, puisque le job qu'elle occupe est dans un temple de la beauté et de l'artifice : elle conseille et vend des parfums ainsi que des produits de beauté

dans une grande parfumerie près de la gare Saint-Lazare. Chaque jour, le même rituel. Elle troque sa tenue d'étudiante pour un uniforme noir, des gants blancs et un rouge à lèvres carmin ainsi que son plus beau sourire.

Mais ce matin, c'est une étudiante en pleines révisions qui est assise dans le RER. C'est un peu son second bureau, car elle doit compter quarante minutes de trajet et exploite donc ce temps précieux pour défigurer ses polycopiés de balafres rouges et noires. Elle ne remarque pas le jeune homme qui lui fait face et qui tente timidement de capter son regard. C'est un violent tressaillement du wagon qui réussira à la faire se redresser et regarder autour d'elle, attendant un message du conducteur qui n'est jamais de bon augure. Et ce dernier ne tarde pas à crier dans le haut-parleur : « Notre train doit ralentir pour des travaux sur la rame, et subira un retard de dix minutes. »

« Il n'y a pas un jour sans problème ! N'est-ce pas ? »

On pourrait commenter cette désastreuse prise de contact, mais l'audace de ce garçon paie et les deux jeunes gens entament le dialogue. La météo est revisitée, le trafic SNCF également, et Sartre reste discret entre les lignes d'une feuille posée sur les genoux d'Anne. Elle en aurait presque oublié, l'espace d'un instant, la journée titanesque qui l'attend et le retard considérable qu'elle a pris suite à ce contretemps fâcheux. À peine aperçoit-elle les lumières blafardes de la station Saint-Michel qu'elle s'active comme un ressort et rassemble ses affaires à la hâte.

– Où allez-vous ? Je peux faire un bout de chemin en votre compagnie ?, lui propose l'inconnu qui tente de prolonger le moment.

– Vous marchez vite, j'espère ? Mon cours à la Sorbonne commence à 8 h précises. Une seule minute de retard et les portes

de l'amphithéâtre se fermeront et je resterai à la porte !

Réprimander un homme avant de l'encourager, telle était sans doute sa façon de lui montrer qu'il lui plaisait.

– Euh… Oui… Je vous suis…

Du souffle et de l'endurance, c'est ce qu'il lui fallait pour suivre Anne à grandes enjambées tout en tentant de poursuivre la conversation. Ils arrivent en un temps record au cœur du Quartier latin où Anne tend sa carte au Cerbère qui garde les lieux.

– Quel est ton prénom, déjà ?

– Jérôme, mais tu ne me l'avais pas demandé !

– Merci pour ce sprint en ta compagnie, Jérôme, c'était très sympa ! Chouette, les portes sont encore ouvertes, je file !

Sympa ? C'est tout ce qu'Anne avait trouvé en guise de réponse… Et ce ton cavalier avec lequel elle avait congédié Jérôme, quelle horreur ! Elle ne pourrait même pas s'excuser : elle n'avait pas pensé à lui demander ses coordonnées.

Plus tard, c'est la mort dans l'âme que la jeune femme redescend le boulevard pour entamer la deuxième partie de sa journée. Elle est de fermeture aujourd'hui, à la parfumerie, et travaille donc jusqu'à 21 h avec Julie, une jeune commerciale qui devient, l'espace d'un après-midi, son binôme de travail, Anne parle de pyramide olfactive, de notes de tête ou encore de sillage parfumé, c'est un peu sa récréation entre deux passages à la bibliothèque où elle n'a que peu de temps pour sélectionner les auteurs qui appuieront son mémoire. Elle met de l'entrain et du sérieux à l'ouvrage, et a un véritable coup de cœur amical pour Julie. Les deux jeunes femmes évoquent leurs parcours, très différents, et leurs aspirations futures.

– Ah, il est presque 21 h, espérons que mon train n'aura pas de souci comme ce matin !, confie Anne à Julie qui se frotte les yeux d'épuisement.

– J’ai de la chance, mon frère était à Paris aujourd’hui, il m’a proposé de venir me chercher pour m’éviter un trop long trajet. Nous habitons dans l’Essonne, ce n’est pas la porte à côté… Ah, d’ailleurs, le voilà !

La silhouette d’un homme se dessine à l’arrivée du grand escalator.

– Jérôme ? C’est toi ? Comment est-ce possible ? Que fais-tu là, le magasin ferme !

Anne a presque hurlé sa phrase.

– Mais vous vous connaissez, tous les deux ?, s’étonne Julie qui se faisait un plaisir de faire les présentations.

– Je crois que tu me dois un dîner, cette fois…, lui lance Jérôme avec un grand sourire.

Anne et Jérôme ne se marièrent pas et n’eurent pas beaucoup d’enfants, mais le soin que le Destin avait mis à les faire se rencontrer avait attisé leur curiosité à se découvrir. Ils furent surpris de constater le nombre de points communs qui les réunissaient et Jérôme fut un soutien précieux durant l’année marathon d’Anne. Une belle âme sur sa route, en quelque sorte. Elle remercia le Ciel pour ce rayon de soleil dans une vie bien studieuse.

Cette histoire, qui est pourtant la mienne, aurait pu m’être empruntée par de nombreux écrivains en quête de hasard comme toile de fond à l’histoire de leurs personnages. Milan Kundera a enchanté mes lectures de jeunesse et je ne peux m’empêcher de l’évoquer lorsque le mot « hasard » émerge d’un récit : ce thème est omniprésent dans son œuvre, tantôt comme une énigme à déchiffrer, tantôt comme facteur responsable de rencontres ou d’accidents.

Saviez-vous que le mot « hasard » nous vient de l'arabe et que dans cette langue il signifie « le jeu de dés » ? Nous serions donc les acteurs d'une pièce dont nous ignorons tout, ballottés par les tirages de dés hasardeux d'une force invisible qui s'amuse de notre ignorance et de notre incapacité totale à contrôler la cause des événements… Toutefois, selon Milan Kundera, nous aurions tous au fond de nous ce que les Allemands appellent le « *Grund* », que l'on peut traduire par terrain ou fondement, une sorte de terreau sur lequel notre destin croît et qui influence nos choix. Jérôme était donc inscrit dans mon plan de vie, et ce postulat a favorisé ces extraordinaires retrouvailles par le biais de sa sœur.

Cela revient à poser la question que tous mes consultants formulent lorsqu'ils sont confrontés à la perte d'un être cher ou à une épreuve qui les bouleverse à jamais : est-ce que tout est écrit quelque part ? Quelle prise pouvons-nous avoir sur les événements si le déterminisme est complet ? Où réside cette logique abominable qui consiste à valider la nécessité fataliste de perdre un enfant ou la personne que l'on chérit le plus au monde ?

Je ne pourrais me résoudre à donner mon point de vue lorsque les douleurs et les émotions sont encore vives, que le temps n'a pas patiné le cuir encore dur de notre résistance aux changements implacables. Mais la médium que je suis en est convaincue : notre incarnation terrestre répond à un scénario déjà écrit et façonné par… nous-même. Avant de reprendre notre souffle à la maternité, nous avons déjà tout choisi, de notre famille aux grandes épreuves auxquelles nous allons être confrontés. Si la route terrestre est tracée, le chemin que nous allons emprunter pour nous y rendre est remis d'abord entre les mains de ce fameux joueur de dés qui va provoquer plus ou moins rapidement ces grandes rencontres et les

fameuses opportunités. Le deuxième paramètre, et pas le moindre, c'est nous-même, et notre façon d'aborder le temps et les épreuves. Notre capacité à absorber les émotions, à disposer du temps comme d'un outil de digestion ou au contraire de torture, détermine notre rythme de vie et nos rencontres.

*

Si nous sommes les grands scénaristes du film de notre vie, pourquoi choisir un drame plutôt qu'un film d'aventures ou une romance ? Nous serions fous de ne pas écrire de *happy end* ! J'aimerais vous dire que nous nous sommes incarnés sur cette Terre pour siroter de délicieux cocktails et jouir des magnifiques paysages que cette planète bleue nous offre. Et ces dernières années, les réseaux sociaux proposent des supports formidables pour nous suggérer que nos voisins de palier ont des vies extraordinaires et parfaites, à grands coups de filtres et d'instantanés de vie dignes des plus belles cartes postales. Mais je me dois de vous rappeler qu'il n'en est rien. Vos voisins sont les premiers à se bousculer à la porte de mon cabinet pour tenter de trouver des solutions à ce qu'ils cachent mieux que vous : leur souffrance, leurs doutes ainsi que leurs illusions.

Je ne suis pas certaine que nous aurions suffisamment d'audace, de courage et d'amour en réserve pour accepter notre venue terrestre sans sourciller si nous avions connaissance des épreuves parfois terribles qui nous attendent ici-bas. Il m'arrive souvent de pester contre l'Univers et de lui demander pourquoi je dois encore souffrir par ce qu'il me retire, et de devoir composer avec ce qu'il me donne.

En tant que médium, j'ai l'impression de me hisser sur la pointe de pieds et de regarder par le trou de la serrure de l'Au-delà. Avoir accès à ce monde originel, à ces banques de données infinies, me remplit souvent d'une certaine nostalgie. Non pas, je vous rassure, animée de l'envie de quitter mon existence terrestre, mais parce que je suis envahie par la sensation de me réimprégner d'un lieu que je connais par cœur. Un monde que j'aurais quitté provisoirement, mais dans lequel subsisterait encore un peu de moi. La maison qui abriterait ce que je suis aujourd'hui, mais également celle que je fus jadis, et sans doute celle que je serai après avoir rempli le rôle qui me revient dans cette vie. Pouvoir établir un contact avec les défunts est, pour moi, le bonheur de pouvoir échanger avec de parfaits inconnus qui sauraient déjà tout de moi et qui se présenteraient sans fard à leur tour en terrain connu.

Ce monde que je côtoie depuis ma plus tendre enfance peut s'apparenter au concept développé par le philosophe Scot Erigène au VIIIe siècle, qu'il nomme l'*Unus Mundus*, le « Monde un », un monde unifié, exempt de toute notion d'espace et de temps, qui constituerait l'origine éternelle et première de toute existence. Cette théorie sur l'Univers unifié, les pères de l'Église vont rapidement la délaisser, préférant à partir de saint Augustin une vision du monde qui sépare radicalement l'esprit, la matière et l'âme du corps. La prière est celle qui ramène symboliquement par le geste la divine Trinité séparée par la matière : « Au nom du Père, du fils et du Saint-Esprit »…

Ce sont les alchimistes, au Moyen Âge, qui vont se fixer comme but à leur Grand Œuvre, à partir de leur célèbre devise « *Unum Vas, Una Medicina, Unum Lapis* » (Un sont la Pierre, le Vase et la Thérapie) de relier le macrocosme et le microcosme, l'Univers

matériel et la conscience humaine dans un grand Tout. L'alchimie, un processus de transformation, était en effet très important au Moyen Âge. Le poème le plus célèbre à ce sujet est celui de Charles Baudelaire dans *Les Fleurs du Mal* :

« Ô vous ! Soyez témoin que j'ai fait mon devoir
Comme un parfait chimiste et comme une âme sainte.
Car j'ai de chaque chose extrait la quintessence,
Tu m'as donné ta boue et j'en ai fait de l'or[4]*. »*

Cet *Unus Mundus*, Carl Gustav Jung le ressuscitera du XVIe siècle, en évoquant un « inconscient collectif » situé dans une autre dimension hors du fameux espace-temps, à la fois mémoire de l'humanité et âme de l'Univers. Nous serions tous reliés à cet inconscient collectif dans lequel serait stockée une sorte de « champ matriciel des possibles » qui nous inclinerait à nous diriger vers telle perception, ou telle émotion et nous inciterait dans nos choix.

Chez les ésotériques, cet *Unus Mundus* s'apparente aux annales akashiques, un concept créé à partir d'éléments de la philosophie indienne. Il s'agit d'une mémoire cosmique, telle une pellicule sensible qui enregistrerait tous les événements du monde. J'aime à dire qu'il s'agit de la grande bibliothèque de l'Univers, un lieu dans lequel sont consignées les archives des vies terrestres de chaque être humain. Tout y figure, de façon exhaustive : ses bonnes actions, ses erreurs, ses réussites, ses différentes incarnations ainsi que ses karmas. À travers toutes ces histoires individuelles s'écrit l'histoire de l'humanité, de même que toutes les étapes de son évolution et de ses changements, grâce à ses trésors ou à cause de ses catastrophes.

Chaque fois que je fais appel à mes facultés médiumniques, je capte des bribes de l'histoire personnelle de chacun de mes consultants, comme si l'on m'ouvrait une page significative du livre de leur vie, afin que je comprenne leurs points de souffrance ou les épreuves enfouies auxquelles ils ont dû faire face. Je comprends alors le champ des possibles qui s'ouvre à eux ; je vois parfois les nombreuses opportunités qu'ils n'ont pas su saisir, ainsi que les « petites étoiles » disséminées sur leur route comme des mains tendues vers leur point de réalisation.

Ainsi, dans la vie matérielle ponctuée par les aiguilles du temps, délimitée par l'espace, il nous arrive de percevoir ces signes qui présentent un caractère mystérieux, nous laissant un sentiment troublant et indéfinissable. Nous les appelons coïncidences, car notre sémantique est limitée pour les définir davantage. Si nous tentions de donner une définition du mot « coïncidence », nous pourrions alors dire qu'il s'agit d'une combinaison d'éléments faite de hasards. Autrement dit, plusieurs jetés de dés successifs, mais qui ne nous enseigneraient rien les uns par rapport aux autres. Je peux, dans une même journée, croiser plusieurs personnes portant une casquette rouge, sans que cela ne m'évoque quoi que ce soit de particulier.

C'est là que Carl Gustav Jung viendra apporter un éclairage essentiel sur la notion de « signe coïncidant ». Il nomme synchronicité une coïncidence entre deux faits, voire plus, qui ne sont pas reliés de façon causale entre eux, mais qui vont créer du sens pour nous, au point parfois de pouvoir complètement changer nos vies. Le mot « synchronicité » est formé sur deux termes grecs : « *syn* » qui veut dire ensemble, et « *chroni* » qui renvoie à la notion de Chronos, le temps. Si une coïncidence est purement fortuite, on

dit d'une synchronicité qu'elle est au contraire une « coïncidence objective ».

L'exemple de synchronicité le plus célèbre est sans aucun doute tiré de la biographie du psychanalyste Jung lui-même. Alors qu'il est en accompagnement thérapeutique depuis longtemps avec une femme extrêmement rationnelle, qui oppose donc une grande résistance à tous les traitements qu'il propose, cette dernière lui fait part d'un rêve dans lequel elle recevait un magnifique scarabée doré en guise de cadeau. Tandis que la femme fait ce récit, un insecte qui ressemble étrangement à un scarabée vient se cogner contre la fenêtre du thérapeute dans un bruit sourd. Jung décide donc de se lever et de déposer l'insecte devant la femme, ce qui provoque un tel choc et une telle émotion chez cette dernière qu'elle commence alors à lâcher prise et à s'ouvrir enfin au process thérapeutique.

Une synchronicité serait donc un message chargé de sens et déposé sur notre route, une main tendue, celle du Grand Tout, qui nous rappelle la quête ainsi que le sens de notre voyage terrestre. Pour reprendre une très belle image de Gilbert Sinoué dans son *Petit livre des grandes coïncidences* (Télémaque 2015) les synchronicités seraient donc des émanations divines, « ce serait Dieu qui respire trop fort à un moment donné ».

Ayant toujours à cœur d'être comprise par le plus grand nombre et accessible dans mon univers spirituel, je me confie souvent à mes amies les plus chères sur les lignes que je vous livre, par le biais de cet ouvrage. Alors que je déambulais sur le trottoir d'un chic arrondissement de la capitale, je teste auprès de Maud, ma précieuse confidente de toujours, femme spirituelle autant qu'inspirée, la notion de synchronicité.

– Sais-tu que c'est le psychiatre Jung qui a créé le mot « synchronicité » ? Connaissais-tu ce terme, toi qui lis si souvent des ouvrages de développement personnel ?

– Ah non, je ne le connaissais pas, me répond Maud d'un air distrait, le regard absorbé par l'immense vitrine d'un magasin de linge de maison.

– Parfait ! Je vais te raconter l'anecdote incroyable de Jung et de sa patiente réfractaire à la thérapie…, lui dis-je, animée par l'envie de lui faire part de cette histoire incroyable.

– Mais comment veux-tu que le commerce survive à la crise avec les prix qu'ils pratiquent ? Regarde cette nappe, elle vaut plus de 2 000 euros !, me coupe mon amie qui ne m'écoute plus du tout.

– Euh, oui… C'est exorbitant…

Interrompue dans mon élan narratif, je n'ai d'autre choix que de jeter à mon tour un coup d'œil à cette vitrine dans laquelle trône une immense nappe jaune en lin épais. En fronçant le nez pour défier les rayons du soleil qui m'éblouissent, je distingue une minuscule broche suspendue au beau milieu du tissu et son petit écriteau descriptif : « Scarabée doré - 590 euros. » La surprise de me voir devancée par cette apparition me fait davantage pousser un cri que la découverte du prix de cet objet…

La force de la synchronicité, c'est cette décharge émotionnelle qu'elle crée en nous au moment de sa réception. C'est une pensée, un clin d'œil qui voyage et qui se dépose dans un endroit inattendu. Cette fois, j'avais reçu en quelque sorte la validation de mes interrogations intérieures. Le principe de la synchronicité, c'est de lancer un cri dans le vide et de se faire surprendre par l'écho qu'il nous renvoie : nous avons beau être l'auteur du premier son, nous sommes toujours émerveillés de recevoir un retour sonore, détaché de nous-mêmes et à la fois totalement authentique. Cet écho nous

permet de comprendre que nous avons été entendus ; cette résonance fait sens en nous et vibre à l'intérieur à tel point que la raconter, c'est déjà un peu la dénaturer.

Savez-vous ce que les augures faisaient avant de pouvoir observer les auspices, c'est-à-dire les signes que le Ciel allait leur envoyer ? Ils se servaient de leur bâton, et comme un rituel imparable, ils traçaient dans l'air un espace virtuel qui devenait alors sacré. Dans cet espace, le temps terrestre, le monde matériel et naturel n'existaient plus afin de laisser la place au monde divin et aux signes qu'il allait pouvoir y déposer. Cet espace sacré, les hommes l'ont reproduit et construit avec des pierres et du bois : ce sont les temples, mais aussi les églises. Entrer dans un temple, dans une église, c'est se couper, l'espace d'un instant, d'une prière, du monde terrestre qui nous entoure. Il est le lieu sacré que les hommes ont érigé afin de nous permettre de rentrer en connexion avec celui que nous nommons Dieu. En ne regardant plus nos montres, en oubliant le quotidien trépidant et rythmé, nous nous mettons à la disposition de l'invisible, et nous profitons de ce lieu sacré pour y déposer, comme dans un coffre-fort, nos prières.

Il n'existe qu'un infime pas à franchir pour faire d'un signe un petit miracle du quotidien. Ce miracle, c'est la synchronicité. C'est une horloge qui s'arrête au moment de l'annonce d'un décès d'un proche disparu ; c'est un cadre qui tombe alors que nous évoquons le souvenir de celui ou celle dont nous avons immortalisé le portrait ; c'est le nom d'une rue qui est un clin d'œil à un souvenir ou à un mot que nous venons de prononcer. Une synchronicité, c'est l'alignement parfait entre l'événement fortuit que nous vivons et le sens qu'il provoque immédiatement en nous.

Se rapprocher, le temps d'une synchronicité, de cet *Unus Mundus*, c'est finalement toucher du bout des doigts un petit fragment d'Au-

delà. Le merveilleux s'invite dans l'ordinaire, et nous contraint à abandonner nos certitudes d'humains bornées par l'espace et le temps. D'un simple objet du quotidien ou d'une situation tout à fait banale naît un signe en parfaite cohérence avec nos préoccupations du moment ou avec les pensées qui traversent notre esprit.

Une coïncidence, c'est le dieu Chronos qui déroule la longue toile du temps de manière linéaire et répétitive ; une synchronicité, c'est le dieu Kaïros qui nous tire par le bras et qui interrompt le « tic-tac » de nos montres pour créer une opportunité riche de sens et hors du temps terrestre.

J'invite ceux qui voudraient personnifier la synchronicité à observer la carte numéro vingt-deux du célèbre tarot de Marseille, la seule à ne pas porter de numéro, alors que toutes les autres sont identifiables par leurs chiffres romains. Plus généralement appelé le Mat, ce personnage est en fait le fou. Il représente un jeune homme qui avance sans but précis, muni d'un bâton de pèlerin et d'un petit baluchon suspendu à son épaule. Le sourire aux lèvres, il regarde le soleil. Il fait beau, et il fait confiance à l'astre ardent, à son destin qui va porter ses pas vers l'inconnu. Le fou, c'est celui qui sait se détacher de ses habitudes, de ce qu'il possède, pour aller au gré des opportunités…

Comprendre la loi de la polarité

Les témoignages rapportés par la plupart des personnes qui ont vécu une expérience de mort imminente comportent, quels que soient leur âge, leur sexe, leur culture ou leur obédience, de nombreuses analogies : ils évoquent presque tous la sensation de flotter au-dessus de leur corps, de saisir les dialogues qui se tiennent autour d'eux alors qu'ils sont cliniquement morts, de

traverser un tunnel sombre et de percevoir enfin une éclatante lumière. Je repense à Philippe, un de mes consultants qui a fait un « plongeon dans l'autre monde », comme il le dit lui-même, après avoir malencontreusement glissé sa main dans une scie circulaire tandis qu'il travaillait dans son atelier d'ébénisterie. L'hémorragie qui se déclencha fut telle que les urgentistes, tentant de comprimer sa plaie, durent tenter de le réanimer pendant de longues minutes. Son cœur s'était arrêté de battre. Il m'évoque encore, cinq ans après, avec la même émotion et les yeux qui brillent, sa « rencontre » extraordinaire avec « la lumière ».

– Anne, vous allez me prendre pour un fou, mais cette lumière était vivante ! À l'intérieur de celle-ci, je pouvais ressentir son intelligence, sa sagesse, un amour infini et toutes les vérités du monde. Elle n'avait pas de forme particulière, pas de sexe, et surtout elle représentait une seule et même unité. Cela n'existe pas sur Terre un truc pareil ! Après le un, nous avons toujours envie de dire deux…

Avec des mots simples, Philippe venait d'évoquer une des douze lois qui régissent l'Univers, celle de l'unité divine – la première –, qui nous rappelle que nous sommes tous connectés les uns aux autres ainsi qu'au monde qui nous entoure, à l'*Unus Mundus*, et que Philippe a pu expérimenter durant son expérience de mort imminente. Parce qu'il avait quitté, l'espace d'un instant, son enveloppe terrestre. Parce qu'il n'était plus scindé entre un corps, un esprit et une âme. Cette loi de l'unité divine s'inscrit avec la loi de la vibration, la loi d'action, la loi de cause à effet, la loi de la compensation, la loi d'attraction, la loi de la transmutation de l'énergie, la loi de la relativité, la loi du rythme, la loi du genre et la loi de la polarité.

La loi de la polarité – dite aussi loi des paires opposées – est celle qui nous intéresse maintenant : chaque personne, chaque chose ou même chaque lieu a une polarité énergétique qui l'équilibre ou qui s'oriente vers une forme de polarité contraire. Ainsi, la lumière apparaît par contraste avec l'obscurité ; le Yin, c'est-à-dire notre part féminine, émerge face au Yang, notre part masculine ; le chaud contraste avec le froid ; l'esprit affronte le corps ; le bien n'existe pas sans la notion de mal. Chaque élément terrestre existe donc en unité double, tout comme les pôles sont invariablement une paire d'opposés.

Je suis toujours subjuguée par la perfection créative du monde terrestre, au point que chaque chose peut y trouver son écho dans son exact contraire. Si nous prenons l'exemple de l'homme et de la femme, les reproducteurs essentiels de notre espèce, nous y trouvons la plus parfaite illustration de cette loi de la polarité. L'homme se distingue par ses épaules larges et carrées et ses hanches étroites, tandis que la femme a plutôt des épaules étroites avec un bassin plus large. Les organes sexuels féminins sont à l'intérieur de son organisme et espacés, alors que les organes sexuels masculins sont extérieurs et rapprochés. Il faut noter que les ovaires sont l'endroit le plus chaud du corps féminin, alors que les testicules sont l'endroit le plus froid du corps masculin. La nature est la plus dispendieuse dans sa production de cellules mobiles puisqu'un homme produira plus de 660 millions de spermatozoïdes tout au long de sa vie, alors qu'elle se montre particulièrement économe dans sa production d'ovules, qui atteindra avec peine le nombre de 440 de la puberté à la ménopause. Si le pH du corps féminin est plutôt acide, celui de l'homme est en revanche plutôt basique. Il faut peut-être rappeler que les hommes ont une propension naturelle à davantage solliciter leur cerveau gauche, qui

régente la rationalité et la logique ; les femmes, quant à elles, sollicitent naturellement leur cerveau droit, qui pilote l'imagination et l'intuition. C'est l'alliance de cette symétrie physiologique et biologique parfaite qui engendre un petit être qui arrive sur Terre pétri de ces formidables contraires.

Pourtant, tous les mythes fondateurs mettent en exergue cette loi de la polarité qui se confronte rapidement à la notion de dualité, allant jusqu'à un terrible affrontement des contraires. Joseph Campbell, dans *Puissance du mythe*[5], évoque bien évidemment Adam et Ève dans leur jardin paradisiaque qui ne notent « pas de différence entre Dieu et l'homme » tant qu'ils n'ont pas commis le péché ; ce n'est qu'après que, pétris de honte, ils se cachent l'un à l'autre de leur nudité car ils perçoivent leurs différences et leurs oppositions tant au niveau de leurs sexes que dans la notion du Bien et du Mal. Être chassés du paradis les a menés à expérimenter la dualité ; ils ont compris que vivre dans le monde terrestre allait impliquer de prendre en compte les éléments opposés qui le composent et d'y trouver un équilibre précaire.

Faut-il également vous rappeler le mythe fondateur de la ville de Rome ? Les jumeaux Romulus et Rémus, abandonnés par leur mère Amulius dans un panier sur le Tibre, sont miraculeusement sauvés par une louve qui les recueille et les allaite. Alors qu'ils grandissent en parfaite harmonie, ils apprennent le secret de leur naissance, et décident de fonder une ville précisément à l'endroit où ils ont été abandonnés. La guerre fratricide commencera à partir du moment où il faudra décider de nommer l'un des deux frères à la gouvernance. Romulus tuera son frère, emporté par la colère de le voir franchir le sillon sacré qu'il venait de tracer au sol. Symboliquement, ce sillon représente la frontière à jamais fermée de

deux énergies d'un même tout qui, à défaut de s'unir, s'opposent mortellement.

La dualité, profondément implantée dans la nature, sert, d'un point de vue physique, à la production des interactions énergétiques comme celle des électrons et des positrons à l'intérieur de la structure anatomique, ou dans les champs magnétiques présentant des polarités positives ou négatives. Si ces aspects sont essentiels pour créer l'harmonie et l'équilibre sur Terre, chaque être humain est porteur de cette dualité en soi. Au lieu de faire corps avec ses différences, il se sent le plus souvent écartelé et fragilisé par elles.

Mais c'est précisément dans cette expérimentation des pôles opposés que nous pouvons nous promener sur l'échelle de ces énergies, de ces valeurs ou de ces notions : comment comprendre la notion de chaleur si nous n'avons pas vécu celle du froid, celle de la spiritualité si nous ne sommes pas ancrés dans la matérialité ? Cette rencontre entre le monde sensible et le monde des idées n'est-il pas justement le postulat fondamental dans notre recherche de sens ?

*

Visiter les deux faces d'un tout nous offre la pleine connaissance. Sitôt que nous nous incarnons sur le plan terrestre, nous recherchons jusqu'aux derniers rayons du soleil notre âme sœur, notre flamme jumelle, l'être qui nous complétera et nous permettra d'aller à la rencontre de nous-mêmes. La littérature regorge de clichés et de poncifs sur cette notion d'âme sœur ; on imagine aisément la possibilité de vivre un amour total et unitaire, parfaitement harmonieux, qui permet de clôturer ces belles histoires par « ils se marièrent et eurent beaucoup d'enfants ».

Mais rencontrer son âme sœur, c'est surtout affronter l'épreuve du temps et des apparences, comme Pénélope qui attendra vingt-deux années Ulysse parti se battre glorieusement pour la guerre de Troie ; c'est aussi se confronter à l'absence et à l'abandon, comme Ariane, séduite par Thésée, condamné à aller combattre le Minotaure dans les Enfers, et qui dut finalement aller à la rencontre d'elle-même et de la trahison d'un homme qu'elle avait pourtant sauvé. Il suffit d'écrire « Roméo et Juliette », « Tristan et Yseult », ou « François-Joseph et Sissi » pour prouver que l'expérience de l'amour terrestre ne s'apparente en rien à la mièvrerie. Il s'agit de deux âmes jumelles et totalement unitaires dans leurs vibrations qui se portent volontaires pour vivre cette scission des corps et des genres et se confronter l'une à l'autre, chacune ayant pour mission de faire grandir l'autre grâce à cette incursion dans la dualité, dans l'expérience des paires opposées. Elles se sont engagées à accepter de vivre le labeur sacré qui consiste à éprouver l'autre dans sa mission de vie et les épreuves auxquelles il sera confronté.

La recherche de son âme sœur n'est donc pas la recherche de celui ou celle qui se fondra totalement en nous au point de nous faire disparaître, mais de l'être qui nous complétera par ses différences et ses reliefs. À quel moment de votre vie en apprenez-vous davantage sur vous-même ? Dans les moments de quiétude et d'harmonie, ou bien quand il vous faut plonger au cœur des difficultés et des noirceurs ? Trouver son âme sœur nous permet donc de comprendre de quelles ressources nous disposons.

Il est de nombreux couples qui viennent expérimenter des thématiques contraires, dans un amour profond mais douloureux. Rencontrer un bourreau ne nous permet pas de comprendre la notion de domination, cela nous confronte à notre propension à être une victime et à nous soumettre à ce bourreau. L'un n'existe jamais

sans l'autre : ils forment une paire tellement puissante que les séparations sont extrêmement difficiles. Il est en effet douloureux de se séparer d'une part de soi, car notre ennemi mortel n'est finalement que la face cachée de nous-même si nous pouvions nous dégager de cette notion de dualité

Si nous nous plaçons d'un point de vue extérieur, pourquoi nos jugements divergent-ils à l'évocation de ces archétypes de couple ? Pourquoi certains d'entre nous pointent du doigt avec véhémence celles et ceux qui ont une propension à la faiblesse quand d'autres fustigent les leaders et les dominateurs ? Selon notre vécu et nos expériences personnelles, nous allons indubitablement créer un camp en faveur duquel nous allons militer avec passion. Qui prétendra pour autant être le détenteur de la vérité ?

Quoi qu'il en soit, nous sommes les seuls responsables des chemins que nous allons emprunter, et l'Univers place sans cesse sur notre parcours terrestre des âmes qui concourent à nous mettre en situation d'action ou de réaction. Faire l'expérience de la loi de la polarité correspond à se disperser et à vivre l'individualité. Nous nous retrouvons alors comme l'Amoureux, la carte VI du tarot de Marseille. Sur cet arcane majeur, nous pouvons distinguer un jeune homme blond confronté à un choix. Il se tient debout, prédisposé à l'action, mais il n'a pas encore tranché, de telle sorte qu'on remarque que ses pieds sont tournés de chaque côté de la carte. De part et d'autre de cet homme se tiennent deux femmes d'âges différents. Au-dessus de sa tête se tient l'ange Cupidon qui le vise, armé de son arc et d'une flèche : il ne s'agit nullement d'un choix amoureux, mais d'une direction de vie à prendre qui provient de notre intuition et de notre cœur. À travers les figures féminines différentes, nous allons expérimenter tantôt la jeunesse, tantôt la maturité, tantôt la

stabilité, tantôt les bouleversements. Cupidon n'est pas présent pour nous désigner la voie à suivre, il est le signe sur notre route pour éclairer nos choix.

Un signe, c'est la rencontre de ces extrêmes qui se frôlent et qui se touchent. Il est l'élément céleste qui intervient, tel Cupidon, pour nous permettre la clairvoyance quant aux épreuves auxquelles nous sommes confrontés. Il devient un marqueur éclairant lorsque nous ne savons plus nous positionner face au monde qui nous entoure. Il nous permet de voir parfois la part lumineuse chez certaines âmes sombres que nous nous sommes engagés à aider, il nous offre la possibilité de tirer le meilleur des enseignements dans la pénibilité de certaines épreuves. Vous savez comme moi qu'il n'existe pas d'être uniquement lumineux et rempli d'amour sur le plan terrestre. Tant de personnages mythologiques incarnent cette divine dichotomie ! Satan et Lilith sont des anges, des créations divines déchues par le grand Créateur, qui tombent durant des siècles de la lumière à la plus épaisse noirceur. Merlin est la rencontre du diable avec une femme humaine, il est à la fois le symbole de l'occultisme, à cause de ses pouvoirs magiques et de ses sortilèges, et de l'innocence, en étant proche du monde animal et végétal.

Un signe est la représentation la plus juste de cette dichotomie. Il réunit et aligne le monde céleste avec le monde terrestre pour nous rappeler que tous deux sont comme des aimants qui s'attirent autant qu'ils se repoussent. L'être humain a sans doute voulu « tuer son père céleste » en se détachant de sa propre divinité et en arpentant, seul, son chemin d'épreuves, en ne se fiant qu'à ce que ses yeux lui permettaient de voir. Il a aussitôt pensé qu'il fallait affronter quiconque croiserait son chemin, ne voyant que de la rivalité là où il pouvait y avoir de la solidarité. Il n'a pas compris que l'ennemi sur sa route n'était que la rencontre avec ses propres peurs, avec cette

face sombre de lui-même qu'il tente de cacher et de dissimuler. Un signe, c'est par exemple un Sphinx qui nous soumet une énigme afin de nous encourager à l'interrogation, c'est Hermès qui nous attend au carrefour du voyage afin que nous prenions la bonne direction ; c'est le reflet de notre image dans un miroir qui nous remet en lien avec ce que nous projetons aux autres : nous l'adorons et nous nous perdons dans ses méandres, tel Narcisse, ou au contraire nous l'abhorrons et nous en devenons les esclaves. Un signe tente de réconcilier les contraires, il est le trait d'union entre le nord et le sud, tout simplement parce qu'ils font partie d'une même planète.

Nous nous sommes lancés dans cette aventure humaine avec une âme d'enfant, à la recherche de l'amour inconditionnel dont l'Univers nous avait bercés. Mais faire l'expérience de l'amour inconditionnel, c'est appréhender l'amour soumis à de nombreuses conditions, en aimant la laideur pour voir la beauté, en portant la détresse pour créer l'espoir, en plongeant au cœur du Mal pour apprécier le Bien. La loi de la polarité nous gouverne et nous enseigne ce que nous pourrions trouver dans un évangile : « Que l'homme donc ne sépare pas ce que Dieu a uni. »

Notes

1. *Le Nouveau Testament*, TOB (Traduction œcuménique de la Bible), « L'Apocalypse », verset 14, Nouvelle édition de Genève, 1979.

2. Charles BAUDELAIRE, *Les Fleurs du mal*, « L'homme et la mer », Auguste Poulet-Malassis, 1857.

3. Milan KUNDERA, *L'Insoutenable Légèreté de l'être*, Gallimard, 1984.

4. Charles BAUDELAIRE, *Les Fleurs du mal*, *op. cit*.

5. Joseph CAMPBELL, *Puissance du mythe*, Oxus, 2009.

Les aiguilleurs du Ciel

« Quand ils déploient leurs ailes seulement,
Ils se font les éveilleurs d'un vent :
Comme si Dieu parcourait, de ses larges
Mains de sculpteur, les pages
Du livre obscur des origines[1]*. »*

Les Anges, une hiérarchie céleste subtile

– Allez viens, je t'accompagne à cet atelier ! Pour une fois que ce n'est pas toi qui l'animes, cela te fera du bien de pouvoir échanger avec les autres intervenants sans te soucier du déroulement de la soirée. Et puis, je serai ton ange gardien pour l'occasion, me lance mon ami Michel avec un sourire complice.

Il est vrai qu'avec son mètre quatre-vingt-quinze et son quarante-six « fillette », je suis sous bonne escorte au point de me sentir l'âme d'un David qui défierait Goliath ; et si les choses tournaient mal, je n'aurais qu'à me cacher derrière son imposante silhouette pour simplement disparaître. Le thème de l'atelier est par ailleurs parfaitement approprié, puisqu'il s'agit des anges gardiens. Après un rapide tour de table sur les croyances de chacun en ce qui concerne ces êtres spirituels, la première question tend à dépoussiérer un

mythe aussi vieux que les auteurs le narrent et que les peintres l'esquissent : les anges possèdent-ils des ailes ? On peut entendre des petits rires crispés autour de la table, comme s'il apparaissait désuet d'aborder un tel sujet. Mais la diversité des réponses données m'éclaire sur un point : aborder la question des anges et de leur apparence, c'est un peu comme si l'on nous demandait de décrire Dieu. Ressemblerait-il à un vieil homme barbu chaleureux et vêtu de blanc ? Ne serait-il pas plutôt aussi vaporeux qu'un immense nuage contemplant son œuvre terrestre ?

Pour ma part, je ne le sais pas. J'ai plutôt l'impression que cette histoire d'ailes est directement inspirée des artistes qui ont voulu nous montrer, comme une métaphore, leur présence mouvante.

La soirée fut riche d'enseignements et d'échanges bienveillants, et, comme nous en avons l'habitude depuis nos longues années d'amitié, Michel et moi prolongeons le débat sur le chemin du retour, en voiture. Alors que la nuit s'est totalement installée, nous glissons sur l'autoroute de l'Est, presque seuls. Ce n'est qu'une fois arrivés dans la petite ville du Val-de-Marne où je résidais à l'époque, qu'un feu rouge nous força à marquer l'arrêt. Nous avions alors allumé les feux de croisement qui avaient la tâche de nous éclairer dans l'avenue sombre et bordée d'arbres qui jouxtait ma résidence. Ces derniers, comme des projecteurs efficaces, braquèrent leurs feux sur l'arrière de la voiture arrêtée elle aussi à l'intersection. Nous ne pûmes nous empêcher d'émettre un cri de stupéfaction lorsque nous vîmes deux immenses ailes noires peintes sur les portes arrière du véhicule qui entouraient l'inscription suivante : « Ambulances Cupidon ». Drôle de nom pour une ambulance ! Nous nous regardâmes avec émotion, sans pouvoir prononcer un mot, nous qui

avons pourtant la boutade facile, conscients d'avoir reçu un joli clin d'œil de l'Au-delà.

– N'est-ce pas Saint-Exupéry qui écrivait qu'on ne voit bien qu'avec le cœur et que l'essentiel est invisible pour les yeux ?, me demande enfin Michel tandis que je lui déposais un baiser sur la joue et descendais de voiture.

– Je ne sais toujours pas à quoi les anges ressemblent, mais je sais de quoi ils sont capables, lui chuchotais-je pour ne pas remplir ce moment sacré de propos superficiels.

Je m'endormis sans tarder, remplie de gratitude mais concentrée sur la longue journée du lendemain qui m'attendait. Et elle fut à la hauteur du courage que je dus rassembler pour la mener à bien. À la fin de cette interminable journée, dans le train qui me ramenait jusqu'à mon domicile, je ne pus m'empêcher de repenser au merveilleux moment que nous avions vécu avec Michel la veille, tout en priant, de façon plus prosaïque, de pouvoir rentrer le plus vite possible tant j'étais accablée de fatigue. Je me précipitai sur le marchepied qui supporta alors tout le poids de ma journée, mais également de mon corps, de mon sac à main et de mes multiples cartables, ordinateur et livres emprisonnés eux aussi dans des pochettes. Je me laissai choir sur le quai qui commençait à grouiller de monde lorsque je me sentis immobilisée. Impossible de faire un pas, ni même de bouger. Je ne sentis pourtant aucune résistance violente, ni ne vis aucun obstacle qui aurait pu me barrer la route. Mon barda semblait léger comme une plume, ma lassitude évaporée.

Et devant moi, je le vis. Immense, majestueux et ailé. Un ange, grand comme trois hommes au moins, dont le corps n'était qu'une silhouette flottante enluminée par des feux ocres, jaunes et mordorés, se tenait juste devant moi. Son regard était aussi profond

que son silence, aussi familier que le regard qu'une mère porterait sur son enfant. Il me connaissait, et pour ma part je le reconnus sans même l'avoir jamais vu. Je suis depuis toujours subjuguée par les aigles et par l'amplitude de leurs ailes : celles que je vis étaient, dans leur détail, leur ciselage, leur blancheur, ombrées de fils d'argent, d'une beauté et d'une envergure qu'aucun peintre n'a jamais eu l'audace de capturer avec ses pinceaux. Ils ne l'auraient pas pu, d'ailleurs : chaque plume qui ondulait sous mes yeux ébahis me semblait vivante, dotée d'une intelligence propre. D'aucuns diront que la fatigue m'avait conduite à une hallucination ou à la vision d'une oasis dans le désert. Mais, dans le grouillement des passagers pressés de rentrer chez eux, l'agitation semblait me traverser sans même m'effleurer. Pas un seul passager ne me bouscula. Je ne semblai même plus appartenir à ce décor. Je fus submergée par une émotion d'amour et de gratitude quant au cadeau inestimable de la visite que je venais de recevoir. Je me sentis même honteuse d'avoir élucubré mille scénarii sur son aspect, sur son existence même. J'observai tout à coup mes membres se réanimer et mon corps se remettre en mouvement de façon automatique. J'eus la sensation de glisser sur le sol bétonné et de me déplacer par la seule synergie des plumes de l'ange qui formaient un tapis duveteux sous mes pieds.

J'ai compris à cet instant ce que beaucoup viennent rapporter de leur expérience de mort imminente, puisque j'avais eu la sensation de vivre un moment hors du temps terrestre, hors de mon corps ; chaque atome, chaque particule de l'ange était vivante, vibrante et communicante. Pourtant nous n'avions pas échangé un seul mot, puisque tout avait été dit autrement. Je suis arrivée sans aucun souvenir immédiat jusqu'à la station de bus qui était la dernière étape de mon parcours. Ordinairement s'y joue un combat sans

merci à qui montera le premier dans le bus bondé qui ne pourra de toute façon pas transporter toute la foule que le train expulse sans ménagement.

Malgré le retard indéniable que j'avais pris avec cette incroyable apparition, j'étais curieusement seule à cette station ; à peine avais-je posé mes sacs à terre que le bus arriva et que ses portes s'ouvrirent juste devant moi, dans une parfaite synchronisation. Je sentais encore la force et la bienveillance de mon ange me porter puis me déposer délicatement sur un siège. J'éprouvai alors un grand chagrin, car je savais qu'il était temps de lui dire au revoir ; je le remerciai silencieusement pour tout ce qu'il venait de m'offrir. Je lui demandai alors de m'aider et de m'accompagner dans ma mission de médium, de veiller toujours sur ceux que j'aime, et sur tous les défunts qui me font l'honneur de leurs messages et de leur confiance.

Je me suis promis de ne plus jamais douter de la beauté et de la puissance de ces êtres de lumière, dont on peut à peine soutenir le regard parce que l'énergie qui s'en dégage est si intense qu'elle en devient insoutenable pour notre modeste énergie humaine. Je compris mieux pourquoi les hommes n'avaient pas su représenter fidèlement l'apparence des anges : tout simplement parce qu'il nous est impossible de les observer entièrement et minutieusement. Je les porte, depuis ce jour, dans mon cœur et dans mon âme à chaque instant.

Parler des signes de l'Au-delà sans parler de leurs expéditeurs serait un peu comme envoyer un courrier en poste restante ou expédier un bouquet de fleurs de façon anonyme. L'intention est louable mais suscite plus de questions qu'elle n'apporte de réponses. L'ange est le terme générique utilisé par toutes les

cultures pour définir, à juste titre, le lien entre la Terre et le Ciel. Le mot « ange » provient du terme grec « *aggelos »* qui signifie « messager ». Il a donc en effet une fonction de relais entre le divin et les hommes, c'est un pur esprit qui peut se faire entendre et comprendre des mortels que nous sommes. Le grand paradoxe de la question angélique repose sur le fait qu'elle est toujours soumise au doute. Valider leur existence revient à s'exposer à des débats animés, voire virulents. Il subsiste un côté désuet et naïf à prétendre croire en l'existence des anges. Comme si nous étions restés dans la période enfantine de notre vie, et que les anges étaient des créatures inventées par les adultes au même titre que les personnages de dessins animés ou les figures culturelles comme le père Noël, les lutins et les fées.

Pourtant, les anges sont le dénominateur commun de toutes les grandes religions. Les hindous les nomment les brillants, les Devas ; on les retrouve aussi bien dans le Coran, dans la Torah que dans la Bible, qu'il s'agisse de l'Ancien ou du Nouveau Testament. Ils sont les messagers les plus puissants ; que de fois les anges ont porté des messages dans la religion catholique !

Les anges interviennent également à des moments décisifs de la vie des hommes dans les Écritures : c'est un ange qui chasse Adam du Paradis, qui annonce à Abraham que sa femme aura une descendance et qui l'empêche de sacrifier son fils Isaac. C'est encore un ange qui protège Daniel dans la fosse aux lions, qui annonce à Marie qu'elle portera le fils de Dieu ou qui explique aux femmes, le jour de Pâques, que le Christ est ressuscité.

Les peintres et les sculpteurs ont été depuis toujours prodigieusement inspirés par la dimension surnaturelle de ces créatures ; ce sont, entre autres, de Raphaël, de Caravage, de Rubens, de Fra Angelico que nous viennent leurs différents aspects

car l'on trouve finalement peu de précisions dans les textes sur leur aspect physique. Les anges apparaissent comme les grands protecteurs de ce monde et des hommes qui le composent.

Je compte parmi mes consultantes les plus fidèles Christelle, une sexagénaire d'origine tunisienne et de confession musulmane. La vie ne l'a pas épargnée et la maladie lui a ôté tour à tour ses parents et son frère, qu'elle aimait tant, dès son plus jeune âge. Elle travaille en France, depuis son arrivée, le jour de ses vingt ans, pour de riches familles parisiennes, comme baby-sitter ou garde-malade, un rôle qu'elle a tenu auparavant pour accompagner ses proches en fin de vie. Profondément pieuse, Christelle aime autant se rendre dans les mosquées que dans les églises. Ainsi, elle arriva un jour à mon cabinet les bras chargés de neuvaines, ces bougies catholiques dédiées à un saint que l'on prie neuf jours durant avec une demande spirituelle bien particulière.

– Anne, j'ai besoin de votre avis, me dit-elle ce jour-là avec son petit accent au soleil oriental. J'ai l'impression que dans le Ciel, tout est aussi mal rangé que dans les tiroirs de ma patronne. Alors ne sachant pas qui fait vraiment quoi, j'ai acheté toutes les neuvaines possibles et je vais toutes les allumer ce soir, qu'en pensez-vous ? J'ai vraiment besoin de trouver un appartement ! D'ailleurs, j'y pense : je reviens à peine de Lourdes et je vais vous asperger d'eau miraculeuse, pardon d'avance pour votre beau brushing, vous remercierez Marie plus tard !

J'ai éclaté de rire en guise de réponse. Après tout, elle avait été fidèle au dicton populaire de « qui peut le plus, peut le moins ».

Contrairement à ce que l'on pourrait penser, dans l'*Unus Mundus*, tout est en place de façon absolument parfaite, en perpétuel

mouvement de façon synchronistique « sous des lois immenses que rien ne déconcerte et que rien n'attendrit ».

Dans la Cabbale, qui est une tradition ésotérique du judaïsme que l'on présente comme la « Loi orale et secrète » donnée par Dieu à Moïse, on dénombre soixante-douze anges. On les appelle également les génies, qui correspondent aux soixante-douze aspects et facettes de la personnalité du grand Créateur. Ces êtres spirituels sont tous pourvus d'une mission bien précise afin de mener auprès de nous leur enseignement, mais également d'assurer notre protection. Ils représentent les médiateurs divins qui enregistrent nos supplications afin de les transférer à celui que l'on nomme l'Éternel. Chaque génie est pourvu d'une compétence, d'une vertu bien précise. Il existe même un calendrier extrêmement précis sur lequel s'appuyer pour savoir quand exactement nous pouvons les solliciter pour entrer en totale interaction avec eux. Dans la Cabbale, il est écrit que chacun d'entre nous dispose de trois anges tutélaires. Le premier se consacre aux affaires purement matérielles, et tout ce qui touche au corps physique, la santé comme la beauté ; le deuxième veille à la bonne orientation de nos désirs en fonction de notre plan de vie ; le dernier, quant à lui, est nommé « ange de l'entendement », à savoir celui de notre logique, de notre mental. J'aime particulièrement l'accent qui est mis sur la générosité du Ciel et de son créateur, et du rappel que l'homme a à sa portée des trésors et des aides auxquels il ne pense plus à faire appel.

Dans la tradition chrétienne, celle dont je me sens le plus proche sans avoir pourtant jamais reçu d'enseignement religieux, on parle de « hiérarchie des anges ». Point de joyeux fatras, point d'angelots éparpillés pêle-mêle dans le Ciel. On compte neuf chœurs angéliques, et leur énumération vous permettra sans doute de

comprendre la sensation de familiarité que nous pouvons éprouver pour certains d'entre eux.

La hiérarchie angélique est regroupée en trois groupes de trois : les anges supérieurs, tout d'abord, qui comptent les Séraphins, les Chérubins ainsi que les Trônes. Viennent ensuite les anges intermédiaires : parmi eux les Dominations, les Puissances et les Vertus. Enfin, on évoque les anges de lumière, qui sont en relation directe avec les hommes, et parmi eux les Principautés, les Archanges et les Anges.

Les Séraphins font partie de l'ordre le plus élevé de la hiérarchie angélique et sont en relation directe avec Dieu. Ils portent bien leur nom, car leur dénomination provient de l'hébreu *seraphim* qui signifie « brûlant ». En lisant cette étymologie, je repense à l'intensité du regard de l'ange que j'ai eu la chance de percevoir. On dit en effet que la lumière irradiée par les séraphins est tellement puissante que personne, pas même une autre entité divine, ne pourrait supporter leur regard sans se brûler. C'est dans l'Apocalypse qu'on apprend qu'ils sont au nombre de quatre : le premier est semblable à un lion, le second à un veau, le troisième à un homme, et le dernier à un aigle en plein vol. Leur principale mission spirituelle est d'aider à consumer chacun des sept péchés capitaux.

Les Chérubins sont également chargés des plus hautes tâches spirituelles car ils détiennent et protègent la connaissance divine. Leur nom provient de l'hébreu *kerubim* qui signifie « semblable à des enfants ». C'est sans doute pour cette raison que vous pensez automatiquement au célèbre tableau du peintre Raphaël *La Madone Sixtine* avec ses deux êtres angéliques poupins accoudés, rendus célèbres par leur espièglerie et leur posture. Mais ne vous y trompez

pas : les textes les décrivent comme de majestueuses créatures aux corps de sphinx, aux ailes d'aigle et aux visages humains. Pour les érudits en astrologie, ils ont pour mission de redistribuer les vecteurs d'influence issus des douze signes du zodiaque.

Les Trônes, eux, sont un peu les magistrats du Ciel car ils dispensent le jugement divin et transmettent ses volontés tout en conservant intégrité, humilité et impartialité. On les décrit très souvent comme de grandes roues couvertes d'yeux grands ouverts diffusant une lumière douce et réconfortante. Quand on sait que les hindouistes parlent du *karma* qui signifie « la roue » en sanskrit, et qu'on appelle également les Trônes des Ophanim, qui veut dire « la roue qui tourne » en hébreu, on comprend aisément pourquoi ils sont les garants de la bonne compréhension des épreuves de la vie terrestre.

Les Dominations, dans l'Univers des anges intermédiaires, reçoivent leurs ordres directement des Séraphins et des Chérubins ; ils constituent la classe privilégiée des échanges entre les sphères spirituelle et terrestre des chœurs des anges. Ce sont de véritables aiguilleurs du Ciel, comme j'aime les appeler, puisqu'ils dispensent les grâces, les bénédictions, toutes les vertus et les dons accordés par le Saint-Esprit. Ils s'assurent de l'harmonie et de la sérénité du cosmos, tout en insufflant de l'optimisme et de la joie.

Les Puissances, quant à elles, sont les gardiennes de la loi de la polarité. Leur mission est des plus dangereuses puisqu'elles doivent perpétuellement s'assurer de protéger la barrière entre la Terre et le monde céleste ; elles doivent veiller à ce que le diable ne tente de fomenter des troubles et des attaques nocives. Les Puissances sont

non seulement les garantes de la pureté des âmes qui arrivent au Paradis, mais aussi les gardiennes de l'histoire humaine collective et les garantes de toutes les lois divines. Les Puissances, s'inspirant de leurs propres valeurs, nous aident à trouver du courage dans les épreuves que nous traversons, nous permettant par là même de nous affranchir des conditionnements extérieurs.

Les Vertus représentent le grand balancier inébranlable du cosmos et de la nature ; elles doivent maintenir l'agencement de la nature et assurer le mouvement des corps terrestres et célestes, de même que tous les phénomènes météorologiques (j'aime à penser qu'un arc-en-ciel est le clin d'œil multicolore d'une Vertu qui nous observe). Elles sont les exécutrices des miracles sur Terre sur les impulsions du grand Créateur. Par le biais de ces miracles, elles aident également les hommes à défendre leur identité coûte que coûte. Les Vertus sont les garantes des désirs humains ainsi que de leurs besoins spirituels.

Le dernier chœur angélique, regroupant les Anges de Lumière, est celui qui entre en relation directe avec les hommes ; c'est sans doute pour cette raison qu'il est le plus fréquemment évoqué à travers la littérature et qu'il a une place toute particulière dans l'inconscient collectif.

Les Principautés ont la garde des nations et des royaumes pour les conduire à l'exécution du plan divin. Étymologiquement, « principauté » signifie le « conducteur suivant l'ordre sacré ». Si nous devions transposer leur mission dans la vie terrestre, nous évoquerions les généraux supérieurs pour diriger les armées, les préfets pour l'état civil ou encore les évêques pour diriger l'Église.

Les Principautés gèrent donc tant l'harmonie politique, c'est-à-dire celle de la cité, que l'équilibre intérieur de chaque être humain. Elles sont en relation directe avec les sept chakras, ces sept roues d'énergie situées sur des points d'alignement du corps. J'ai la sensation que les Principautés sont là pour nous rappeler sans cesse la souveraineté de l'âme à l'intérieur du « pays » corps que nous habitons. Elles nous rappellent qu'il faut nous rendre disponibles à leur présence, à leur interaction. Grâce à cela, elles pourront nous envoyer leurs précieux messages et toucher directement notre cœur. Les principales barrières que nous opposons aux Principautés sont le mental et notre logique qui veulent toujours tout régenter et devenir les dictateurs de notre psyché.

Les Archanges sont une catégorie spéciale d'anges qui « annoncent les plus grands mystères ». Non seulement ils ont en charge la surveillance des anges, mais ils sont aussi le dernier recours direct pour les humains qui les sollicitent comme une aide divine pour favoriser l'accom-plissement de leurs réalisations. Les Archanges sont les porteurs de la connaissance et tendent à aider les hommes au mysticisme et à la foi.

Il faut savoir que l'Église catholique reconnaît l'existence de seulement trois Archanges cités dans les Écritures : il s'agit de saint Michel « qui est semblable à Dieu » et qui a pour mission de se battre contre Satan et ses émissaires ; saint Gabriel « la force divine », l'un des esprits les plus proches du Créateur puisqu'il en est son principal messager ; et Raphaël « la médecine de Dieu », l'ultime guérisseur pour tous ceux qui souffrent. On dit souvent que les Archanges sont les guerriers les plus émérites de l'armée du

monde céleste et de parfaits alchimistes qui savent adapter les lois divines au monde matériel et physique.

Pour refermer admirablement ce cortège arrivent enfin **les Anges**, terme générique dans lequel nous avons enfermé une organisation céleste bien plus subtile et complexe que la simple représentation d'une créature joufflue baillant d'ennui entre deux nuages.

Guides et âmes désincarnées : leur mission

En observant cette formidable équipée céleste que forme la hiérarchie angélique, nous comprenons que les anges ont été faits à notre image, ou plus exactement qu'ils possèdent autant d'attributs que l'imagination créatrice des hommes est capable de reproduire. La plus grande beauté des anges réside dans leur rôle de médiateurs entre le Ciel et la Terre sans jamais épuiser le mystère de l'indicible essence dont ils procèdent. Ces purs esprits n'ont pas besoin de langage corporel pour communiquer entre eux, leurs élans de pensées se transmettent de cœur à cœur, et sont tout à fait immatériels. Combien de poètes ont tenté d'en percer les mystères ? Combien de peintres ont esquissé leurs couleurs vibrantes ? Combien de martyrs ont sacrifié sans sourciller leur existence à leur simple apparition ?

Les Anges, derniers soldats de la troupe angélique, sont dédiés à la communication entre Dieu et les hommes. Leur principale mission consistera à nous guider durant toutes les étapes importantes de notre vie. Alors, à la question que tous mes consultants se posent : avons-nous tous un ange gardien ? La réponse ne fait aucun doute à mes yeux : oui ! Dès la naissance, un ange nous est alloué afin de veiller sur nous et de nous protéger face aux épreuves terrestres auxquelles nous serons confrontés.

Sans doute connaissez-vous cette légende juive que l'on trouve dans le « Talmud de Babylone » que je trouve à la fois poétique et remplie de sens. On la nomme communément « la légende de l'empreinte de l'ange ». Cette légende raconte que, lorsque le bébé est dans le ventre de sa mère, son âme possède toute la connaissance des mystères de la création. Il est encore un esprit pur, qui a pu se rendre dans la grande bibliothèque de l'Univers, les annales akashiques, et prendre alors connaissance de ses vies antérieures, de ses victoires et de ses immenses déceptions. Arrivé aux portes de sa nouvelle incarnation terrestre, il a conscience de la vie qu'il va mener. Le bébé, *in utero*, est un être encore omniscient, qui connaît les secrets de l'Univers, la puissance de l'Amour divin et les mystères planétaires. Baignant dans le liquide amniotique, si petit et pourtant si grand, il possède la sagesse des grands philosophes, la mémoire génétique de ses ancêtres, ainsi qu'un pouvoir infini de création, de beauté et d'harmonie.

Mais parce qu'il doit revenir dans une nouvelle existence vierge de tout savoir, un Ange pose son index sur sa bouche en lui disant : « Chut ! Ne dis rien, tu dois tout oublier de ce que tu sais. » La seule chose qu'il gardera de l'Au-delà sera alors la trace de ce doigt angélique sur le sillon naso-labial, que l'on appelle l'arc de Cupidon ou l'empreinte de l'Ange. Cette légende, délicate et touchante, est également un joli rappel du dicton populaire qui nous dit que si la parole – des humains que nous sommes – est d'argent, le silence – des anges – est d'or.

Beaucoup de mamans endeuillées, qui ont perdu un enfant soit *in utero*, soit après plusieurs jours ou quelques mois de vie terrestre, s'étonnent de ma capacité à pouvoir entrer en contact avec ces derniers, estimant qu'ils ne sont dotés ni de la parole, ni de la

maturité suffisante pour délivrer quelque message que ce soit. Je leur explique souvent que ces « petites vieilles âmes », comme je les surnomme, sont au contraire des puits de sagesse et d'amour, et qu'elles sont riches de lucidité et d'apprentissage. Elles viennent souvent réconforter leur famille et leur expliquer pourquoi elles ne pouvaient pas s'incarner auprès d'elle, et quel apprentissage terrible mais salutaire elles sont venues dispenser.

Il n'est pas rare, par ailleurs, que les enfants, dès leur plus jeune âge, évoquent des fragments de leurs vies passées, des souvenirs étranges concernant des lieux où ils ne se sont pourtant jamais rendus, ou possèdent des talents qui impressionnent leurs professeurs car nécessitant théoriquement des années de pratique. Sans doute que leur sensibilité et leur mémoire sont encore vives et qu'ils recherchent instinctivement leur madeleine de Proust !

Vous l'aurez compris, la fonction des Anges est essentielle auprès de nous. Pourquoi un ange nous choisit-il, nous, plutôt qu'une autre âme, pour nous servir de guide fidèle et nous protéger durant notre incarnation terrestre ? Selon les vies passées que nous aurons déjà menées, selon nos expériences, balbutiantes ou au contraire aguerries, selon notre capacité à absorber nos succès et nos échecs, nous allons, en leur compagnie, décider du scénario de notre nouvelle vie terrestre

Découvrir son défi de vie, c'est analyser avec amour et objectivité les missions d'âme qu'il nous reste à accomplir ou au contraire à perfectionner afin de choisir le meilleur égrégore possible. Un égrégore, c'est comme le décrivait Jung, l'inconscient collectif qui réunit les expériences humaines communes qu'il a classées selon des archétypes. Il est produit par un puissant courant de pensée collective lorsque plusieurs personnes se focalisent ensemble sur un

même sujet ou sur une même émotion au point de développer une énergie commune. On parle en effet d'égrégore d'amour que l'on crée lorsque les hommes s'unissent dans la pensée, dans le chant ou encore dans la prière.

Accompagnés de notre guide angélique, nous allons esquisser les contours d'une nouvelle incarnation en fonction de nos forces et de nos faiblesses. Tous les champs des possibles sont envisagés avec notre ange peu avant notre incarnation. Ce dernier sera alors le dépositaire céleste, le garant de l'engagement de notre âme auprès de Dieu. Avec force et amour, il nous accompagnera silencieusement.

On me demande fréquemment si nous pouvons avoir non pas un seul mais plusieurs anges auprès de nous. Certains de mes consultants remplis d'humour me diraient qu'avec le nombre d'épreuves auxquelles ils ont dû faire face, avoir toute la voûte céleste en guise de gardes du corps ne serait pas un luxe ! Selon les étapes terrestres que nous allons franchir, la maturité dont nous allons faire preuve – ou pas –, et l'ouverture à la spiritualité tout au long de notre chemin de vie, notre ange de naissance peut céder la place à un autre, davantage en phase avec notre nouvelle évolution.

La période charnière propice aux grands changements de vie se situe entre vingt et un et vingt-huit ans. C'est durant cette phase transitoire que ce que l'on appelle notre corps causal, c'est-à-dire l'énergie subtile qui se dépose tout autour de notre enveloppe charnelle comme un manteau invisible, s'active et peut avoir un impact terrible. Elle est la mémoire vive de notre âme, une forme de « disque dur » de nos vies passées et de nos expériences d'autrefois. Les trois premiers corps subtils, eux, se superposant autour de notre corps physique comme des poupées russes, sont le

corps éthérique, le corps émotionnel puis le corps mental. Ces corps invisibles se manifestent à l'extérieur de celui-ci par l'aura qui en émane et qui forme une sorte d'œuf coloré, de cocon autour de nous.

Il n'est donc pas rare, au cours de ce moment charnière de notre existence, que nous soyons amenés à opérer de grands changements radicaux pour nous-même. Notre ange-guide s'efface pour qu'un autre ange, plus spécifiquement dédié à ces nouvelles orientations, poursuive sa mission tutélaire.

Le moment où nous sommes le moins régis par le mental et notre volonté de contrôle, c'est la nuit, durant le sommeil. C'est l'instant privilégié des anges pour agir sur nous et nous insuffler leurs nouvelles énergies, pour travailler sur nos chagrins et nos blessures ; mais c'est également le moment idéal pour notre nouveau guide de nous traverser de ses puissantes énergies afin que nous nous familiarisions avec elles. Durant cette phase énergétique et spirituelle importante, vous pouvez éprouver grande peine à vous endormir, comme si vous aviez un regain d'énergie inexpliqué, ou que vous vous sentiez traversé par un courant quasi « électrique ».

Il m'est arrivé, en fermant profondément les yeux pour trouver le sommeil, d'avoir la sensation qu'une forte lumière restait allumée à l'intérieur de ma boîte crânienne, m'empêchant ainsi de tomber dans les bras de Morphée. On attribue souvent ces événements à de simples insomnies ou à l'effet de la pleine lune sur l'organisme, mais on ignore que se joue parfois, sur un autre plan, quelque chose de bien plus grand.

Il n'est donc pas si rare de se réveiller dans de nouvelles énergies, parfois plus masculines, plus yang, ou au contraire moins combatives, davantage dans la douceur du féminin. Il ne s'agit pas

d’un changement de personnalité, mais du mariage subtil et éthéré de vos propres énergies avec celles de votre nouveau binôme angélique. Cette union complémentaire et bienveillante vous permettra d’aborder les nouveaux chapitres de votre vie terrestre avec le plus « d’outils » possibles pour mener à bien leur réalisation.

*

Je pense à tous ceux qui vont dédier leur vie à une mission terrestre particulière : les soignants du Ciel ou de la Terre, comme les infirmières, les médecins, ou bien les guérisseurs et les magnétiseurs. Leur nouvel ange tutélaire s’inscrira dans le même égrégore que l’archange saint Raphaël, le grand médecin des âmes. Je pense ensuite à tous les garants de l’ordre et de la justice des hommes, comme les avocats, les juges, les médiateurs, les policiers, dont le nouvel ange gardien répondra directement de l’archange saint Michel, garant de la justice et de la justesse. Je pense encore à ceux qui dédieront leur vie à protéger les enfants, comme les mères de famille, les puéricultrices, les assistantes sociales qui recevront la puissante bénédiction de Marie, la mère de tous les êtres humains.

Quels que soient vos choix de vie, que vous décidiez d’être un artiste, un créateur, un ouvrier ou un explorateur, un combattant ou un défenseur, vous ne serez jamais seul ! Un ange tutélaire sera à vos côtés pour vous soutenir et vous orienter à chaque instant.

Un jour, Maria Magdalena, l’une de mes plus anciennes consultantes espagnoles, qui avait francisé son prénom en Marie-Madeleine, eut besoin de se libérer de ses nombreuses années

d’éducation religieuse stricte passées dans un établissement scolaire tenu par des sœurs.

– Anne, vous me conseillez de me connecter à mon ange gardien ainsi qu’à son Saint Patron Joseph afin qu’il m’aide à trouver plus rapidement la maison dont j’ai tant besoin pour accueillir tous mes petits-enfants. Mais je n’en peux plus des religions et de tous ces dogmes ! J’ai passé mon enfance dans un internat sombre et froid à réciter des « Je vous salue Marie », et avec ce prénom Marie-Madeleine si lourd à porter, j’ai l’impression que je suis condamnée à pleurer toute ma vie ! Et si j’avais envie de croire à autre chose ?

Je trouvai sa remarque très juste et pertinente et je sentais toute la chape de plomb qui pesait sur cette pauvre femme dont l’existence, par ailleurs, avait été ponctuée de nombreux sacrifices.

– Maria, à l’inverse de vous, je ne suis même pas certaine de pouvoir réciter un « Notre Père » sans bafouiller ! Mes parents étaient profondément agnostiques et Dieu n’a jamais eu une quelconque place au sein du foyer. Je crois que j’ai hélas appris à blasphémer avant même de prier… Mais ce qui est essentiel, dans notre rapport à ces icônes, à ces archanges qui ont trouvé une trace indélébile dans les Écritures ainsi que dans l’histoire de l’humanité, c’est l’énergie que les hommes y ont placée depuis la nuit des temps. Considérez-les comme des symboles vibrants, comme des feux ardents et puissants. Tant d’hommes et de femmes les ont aimés, portés et encensés qu’ils sont la meilleure version angélique de nous-mêmes. Vous qui êtes de confession catholique, connaissez-vous Ganesh, le dieu de la sagesse et du succès dans la mythologie hindoue ?

– N’a-t-il pas un aspect animalier ?, me demanda alors Maria intriguée.

– En effet, ce dieu très populaire en Inde est le fils de Shiva et de Parvati, la fille de l'Himalaya. On le représente avec un corps humain surmonté d'une tête d'éléphant et on le prie pour nous aider, nous montrer le chemin et favoriser l'abondance. Je n'ai aucun lien personnel avec l'Inde ni avec ses divinités, mais l'histoire de Ganesh, tué symboliquement par un père dont il ignore tout, est en forte résonance avec mon histoire personnelle de mère. Je me sens touchée par la puissante vibration de ce dieu, mi-homme, mi-animal, resté à tout jamais le fidèle protecteur de sa génitrice. L'éléphant est un animal mystérieux qui n'attaque que pour se défendre, et qui sait se retirer, une fois le moment venu, pour amorcer le grand passage de la vie à la mort. Ce qui est essentiel, Maria, lorsque l'on prie un saint, ou une divinité, c'est de reconnaître la part d'humanité qu'il contient et qui détient un morceau de notre histoire. Qu'il s'appelle Jésus, Marie ou Ganesh, qu'importe ! Ce sont tous les icônes, les fabuleux représentants de ce qu'il y a de meilleur au fond de chacun de nous. Se connecter à eux, c'est se reconnecter à nos sentiments les plus purs. Choisissez intuitivement celui qui vous parle le plus. Il n'y a jamais de hasard : il sera simplement le reflet parfait de ce dont vous avez besoin dans votre vie. Et je puis vous assurer que vous ne serez jamais déçue. Il y a toujours une réponse donnée pour celui qui est prêt à la recevoir.

Maria me remercia pour ces mots et conclut notre échange par cette réflexion à voix haute :

– Si je comprends bien, au lieu de porter mon prénom comme un fardeau et une prophétie de chagrin, vous me suggérez de faire de l'énergie de sainte Marie-Madeleine une alliée ? Je peux, même si elle n'est pas mon ange gardien, lui demander de m'aider ?

– C'est exactement cela ! Dans les textes, les larmes de Marie-Madeleine, ne trouvant pas le corps de Jésus dans son sépulcre,

étaient des larmes d'amour puis de joie lorsqu'elle a été le premier témoin oculaire du Christ ressuscité. Marie-Madeleine, c'est donc celle qui voit ce que les autres ne voient pas… N'oubliez pas qu'elle était d'ailleurs un disciple de Jésus ! Invoquez-la pour vous aider à faire le tri salutaire entre vos croyances et la vérité.

Qu'il s'agisse des grandes figures angéliques ou iconiques qui font partie du patrimoine spirituel, nous connaissons tous leur histoire, le legs qu'elles nous ont laissé, et surtout leur identité. Mais qui sont nos anges gardiens ? Je m'amuse toujours de voir mes consultants se caler profondément dans leur fauteuil, prendre une grande inspiration et me demander comme s'ils étaient impatients de connaître le titre d'un film : « Quel est le prénom de mon ange gardien ? C'est tout de même plus simple pour communiquer tous les jours ensemble ! »

Je comprends tout à fait cette interrogation, elle naît de la proximité, de la grande connexion que nous établissons avec eux. Ils font partie de la famille, ils sont notre parent invisible, et nous voulons tout naturellement leur donner un prénom comme nous le ferions pour un enfant qui viendrait de naître. Mais ces êtres de lumière n'ont pas eu d'existence terrestre incarnée. Ils sont une énergie pure, éthérée et non bornée par un corps physique.

Quel serait le prénom d'un ange ? Cela serait un souffle sur le visage, ou bien une vibration continue, comme si notre doigt restait appuyé sur la touche d'un piano. Nous pourrions en percevoir l'écho silencieux dans toute la pièce durant de nombreuses minutes encore. Cela serait une couleur peut-être, dans laquelle se mêleraient tellement de nuances que nous aurions l'impression d'avoir glissé notre œil dans un kaléidoscope.

La réponse que je donne à cette question, la plupart du temps, est celle-ci : « Eh bien, baptisez-le ! » De la même façon que nous portons un prénom pour chaque nouvelle incarnation, tendez l'oreille et suivez votre intuition. Prénom masculin ou féminin ? Chacun d'entre nous sent au fond de lui s'il se dégage une énergie plutôt yin ou yang de notre parrain céleste. Et comme les expressions populaires, parfois désuètes, sont très souvent empreintes de sagesse, je vous invite à redécouvrir l'expression « discuter du sexe des anges ». Elle fait référence au siège de Constantinople, le 29 mai 1453. Alors que les forces turques s'apprêtaient à entrer dans la ville, les religieux byzantins, quant à eux, étaient occupés à débattre sur la question théologique du sexe des anges ; ne donnant pas l'alerte, absorbés par leurs discussions futiles, ils facilitèrent la prise de Constantinople. Qu'on se le dise une bonne fois pour toutes : les anges n'ont pas de sexe !

Notre ange gardien, sous le rigoureux patronage des Archanges, s'assure du respect de toutes les étapes de vie importantes que nous avons décidé d'expérimenter. Il s'assure de nous aiguiller sur les routes terrestres propices aux rencontres ou aux épreuves. Je sais comme la perspective de la mort physique est un abîme de terreur. Quitter ceux que l'on aime renvoie généralement à cette terrible pensée d'Orson Welles : « On naît seul, on vit seul, on meurt seul. C'est seulement à travers l'amour et l'amitié que l'on peut créer l'illusion momentanée que nous ne sommes pas seuls. » Je ne rejoins pas entièrement cette pensée. Même si l'âme aborde seule les grands moments de son parcours d'évolution, qu'elle se faufile *in utero* pour la formidable épopée d'une naissance, ou qu'elle regarde en face le crépuscule de sa vie, parfois dans la fleur de l'âge, parfois dans un lit d'hôpital, notre ange nous accompagne pour chacune de

ces étapes. C'est la certitude de médium que j'ai acquise, forte de mes nombreuses années de pratique : il y a toujours quelqu'un, là-haut, pour venir nous accueillir et nous aider, pour nous tendre la main lorsque nous rendons notre dernier souffle terrestre.

Je vais vous faire une confession : j'ai toujours trouvé les protocoles funéraires d'une tristesse et d'une austérité absolues. Heureusement, j'ai croisé sur ma route des personnes formidables qui ont bouleversé ces codes : des hommes d'Église qui acceptent que les Beatles ou Jean-Jacques Goldman emplissent le chœur de leur paroisse, une femme thanatopracteur qui parle avec les défunts pour leur expliquer tous les soins qu'elle leur prodigue afin qu'ils ne s'en inquiètent pas, ou encore une préparatrice funéraire qui maquille si bien les morts qu'on dirait des vedettes de cinéma des années 1950. Inspirée par cette formidable démarche, j'ai décidé de déposer à mon ange la liste de mes doléances au moment de quitter cette vie terrestre. Je ne vous parle pas du protocole funéraire, non, du protocole céleste ! Après tout, je préfère, en sa compagnie, être bercée par les musiques qui touchent mon cœur, par les couleurs qui me transportent, par les mots que je souhaiterais prononcer à travers lui, et tous ceux que je souhaite retrouver par-delà le voile. Il est mon confident, mon enseignant, mais aussi mon meilleur objecteur de conscience. Il accepte tout et me regarde, sans sourciller, taper des pieds comme une gamine capricieuse lorsque j'ai l'impression que les choses ne vont pas assez vite. Il m'écoute le supplier, le gronder ou le remercier sans jamais porter un seul jugement sur mes états d'âme et mes émotions. Tout simplement parce qu'il constitue une part de moi-même, cette part d'âme restée dans l'*Unus Mundus* et à laquelle nous nous connectons tous, le temps d'un signe. Nous savons au fond de nous qu'il sera toujours là

pour nous malgré tout. Parlez-lui ! Il vous répondra, d'une façon ou d'une autre. Je crois que saint Paul avait compris ce qu'était le langage des anges : c'est le langage sémiologique que nous recevons chaque jour comme des plumes sur notre chemin. Celles que nos anges nous laissent, échappées de leurs ailes, comme les cailloux du Petit Poucet, pour que nous empruntions le bon chemin.

Nos chers disparus ont tant à nous révéler

Pour évoquer maintenant l'autre grande famille de dépositaires de messages célestes, j'aimerais vous parler de Giuseppa. Cette madone italienne a vécu la plus grande partie de son existence en France après que son père a émigré dans les Alpes-Maritimes, dans les années 1930, en tant que cordonnier. Elle a naturellement épousé Alberto alors qu'elle n'était encore qu'une toute jeune fille, tout d'abord parce que ses parents n'envisageaient pas qu'elle ne respecte pas la tradition familiale, ensuite parce qu'elle avait vu dans le regard d'Alberto cette même mélancolie d'avoir été arraché à sa terre et à sa culture : ensemble, ils allaient pouvoir recréer un petit bout d'Italie à Beausoleil.

Je peux vous dire que le soleil n'a pas brillé tous les jours dans le foyer familial de Giuseppa, car Alberto s'est noyé dans des litres de limoncello plutôt que dans les yeux amoureux de sa femme. L'alcool exacerbait ses colères, et lorsqu'il était ivre, il avait des accès de violence que rien n'arrivait à apaiser, sauf parfois la moue plaintive de sa fille Brigitte lui demandant de ne pas, cette fois encore, casser le poste de télévision.

C'est Brigitte qui fit appel à moi en 2009, lorsque son père mourut, rongé par une cirrhose. Elle voulait savoir s'il avait enfin trouvé la paix après une existence passée à combattre ses démons ainsi que

ses chagrins. Elle n'éprouvait pas de ressentiment envers ce père qui avait travaillé comme un forcené pour nourrir sa famille en oubliant la *dolce vita*.

Alors que nous étions en pleine séance médiumnique, elle me demanda l'autorisation de venir avec sa maman, Giuseppa, afin qu'elle puisse, elle aussi, prendre des nouvelles de son défunt mari.

– Maman est très fatiguée. Elle a quatre-vingt-quatorze ans, et en est à son troisième AVC. Elle se déplace difficilement mais ne veut pas l'admettre ; elle croit qu'elle a encore vingt ans, et je vous avoue que cela m'inquiète… Si Alberto a un message pour elle, cela l'apaiserait peut-être.

Giuseppa arriva devant moi aidée d'une canne, mais dès que je posai mes yeux sur elle, elle se redressa aussitôt et ramena de sa main libre son chignon sur le haut de sa tête. Elle avait, par coquetterie, mis du rouge à lèvres fuchsia, mais ce dernier avait suivi la trajectoire hésitante de son poignet tremblant et les contours débordaient de façon asymétrique. Je la trouvai touchante, drapée dans sa dignité de femme crépusculaire. C'était sans compter le regard froid et glacial qu'elle posa alors sur moi, comme pour me prévenir qu'elle était pleinement lucide.

– Giuseppa, Alberto me dit que vous n'avez pas besoin de moi, qu'il vous parle directement !, lui dis-je, intriguée par ce message.

– Parfaitement ! D'ailleurs, vous pouvez lui dire qu'il n'a pas besoin de se donner cette peine, ma réponse est non !

J'avais l'impression d'assister à une ultime scène de ménage entre Giuseppa et son mari dans l'Au-delà, et je me disais qu'elle devait encore nourrir de la colère quant à ses nombreuses années de mariage malheureux. Mais en me concentrant davantage pour écouter Alberto, je compris ce qu'elle avait tenté de me dire avant lui.

– Mon Dieu, Giuseppa, c'est la première fois que j'entends cela ! Alberto me dit qu'il était à vos côtés, il y a trois mois, lorsque vous avez été victime de votre dernier accident vasculaire. Il vous a dit qu'il était l'heure de partir, que vous n'aviez rien à craindre et qu'il était déjà à vos côtés, et…

– Absolument, jeune fille ! Et je lui ai dit merde. Hors de question de mourir maintenant ! J'ai vu dans l'œil du facteur qui passe chaque jour à la maison que je lui plaisais beaucoup. Vous savez, en Italie, j'ai été élue Miss Eleganza ! Donc j'ai dit à mon mari qu'il m'avait déjà suffisamment empoisonné l'existence pour que je le supporte encore toute l'éternité. Très joli, votre chemisier, ma petite !

Giuseppa était devenue une héroïne, à mes yeux. À quelques instants du grand départ, emplie très certainement de la terreur de sentir qu'elle ne contrôlait plus rien, ni son cœur, ni ses émotions, elle a repris de la force en apercevant Alberto et s'est même permis de le houspiller ! Passer un savon à son mari dans l'Au-delà, c'est un peu comme tirer l'oreille du grand Créateur qui se serait trompé dans la date de nos funérailles.

Vous l'avez compris, nos autres précieux messagers de l'invisible, ce sont nos proches disparus. Nos parents, nos enfants, nos enseignants, voire des amis, qui sont passés fugacement mais intensément dans notre existence, comme une virgule vient ponctuer une phrase. Si j'appelle nos anges gardiens nos guides célestes, je dis de nos proches disparus qu'ils sont nos guides terrestres. Pourquoi des guides ? Parce que, pour la plupart d'entre eux, ils nous accompagnent et interagissent avec nous depuis bien plus longtemps qu'une simple vie terrestre. Si le mot « famille » correspond aux membres d'une même lignée dans notre

vocabulaire, nous avons tous une famille céleste qu'on appelle une famille d'âmes.

Le célèbre hypnothérapeute américain Michael Newton, de formation universitaire et sans conviction religieuse particulière, s'est intéressé de façon presque accidentelle aux questions de la survie de l'âme, de l'Au-delà et des vies antérieures. Ce sont les récits troublants de ses patients confrontés à des traumas ou à des maux persistants qui l'ont conduit à consacrer quarante années de recherche à ces sujets.

Ce qui a le plus frappé Michael Newton après avoir reçu près d'un millier de patients, c'est la cohérence et la constance des propos de ces derniers, placés sous hypnose et donc enclins à répondre aux questions fondamentales sur l'après-vie.

« Les personnes sous hypnose disent qu'elles appartiennent à une coterie ou fratrie d'âmes, c'est-à-dire à un groupe primaire d'entités qui sont peu nombreuses, toujours ensemble, qui ont des contacts directs et fréquents, comme dans une cellule familiale. Ces pairs sont très sensibles les uns aux autres, à un tel point, d'ailleurs, qu'il est difficile de l'imaginer ici-bas. » Michael Newton parle de « cercle des intimes » pour les âmes qui seront en lien direct dans la mission qui leur incombe, tandis qu'il parle de « cercle secondaire » pour les interventions plus sporadiques, mais parfois essentielles, à des périodes charnières d'évolution ou de choix à engager[2].

Je rejoins tout à fait ce point de vue, et je m'émeus à chaque fois que je reçois le message d'un défunt qui me partage sa joie de m'énumérer les proches qu'il a retrouvés par-delà le voile. Il y a tant d'amour entre eux, tant de soutien les uns avec les autres afin de les féliciter, de les entourer et parfois de les consoler du désarroi dans lequel ils sont plongés !

Si nous avions, une fois encore, l'impression que le monde de l'invisible était un joyeux capharnaüm rempli de défunts en errance sur les grandes routes célestes, sachez qu'il n'en est rien. Chaque fois qu'il m'a été donné l'occasion de faire des voyages astraux, soit par le biais des songes, soit par le biais de différents états modifiés de conscience, j'ai toujours été frappée par les décors qui s'offraient à moi : des bâtiments lumineux et géométriquement parfaits, des murs vibrants, des salles dignes des plus beaux amphithéâtres parisiens dans lesquels j'ai pu jadis étudier. Je vais peut-être faire tressaillir les plus réfractaires d'entre vous aux devoirs et aux cahiers, mais l'Univers spirituel ressemble à une cité parfaitement organisée, au sein de laquelle se dresse une immense école dotée d'une multitude de salles de classe ; de nombreux guides veillent avec bienveillance sur les progrès effectués par les différentes familles d'âmes au cours de leurs différentes incarnations ou missions spirituelles.

Chaque famille d'âmes se forme en fonction de son degré d'évolution, de ses vies passées, du défi de vie qu'elle aura décidé d'accomplir et de qui elle aura besoin autour d'elle pour la réaliser au mieux. Notre plan terrestre à venir se déploie comme un grand échiquier sur lequel nous posons les pièces maîtresses : aurons-nous besoin d'une âme sœur que nous connaissons bien et avec laquelle nous avons tant de fois expérimenté de vivre une histoire d'amour harmonieuse qu'il est fondamental de la retrouver à nouveau pour tenter de réussir cette fois ?

Ce sont les grandes retrouvailles, dont nous n'avons plus conscience au moment où elles se produisent, qui nous font frémir ou nous bouleversent en un seul regard : c'est un homme ou une femme avec qui nous parlons pour la première fois et que nous

avons l'impression de connaître depuis toujours ; c'est une personne qui nous tend la main en nous adressant un franc sourire et qui provoque spontanément en nous une abjection, au point de la verbaliser en disant : « Ah, celle-là, je ne peux pas la sentir ! », alors que la malheureuse n'a pas encore ouvert la bouche…

Comment expliquer ces amitiés qui se nouent en quelques instants, ces hostilités qui creusent en nous des tranchées de haine mortelles ? Comment comprendre la confiance qu'on dit accorder « les yeux fermés » à celui qui va pourtant nous trahir en nous plantant un couteau dans le cœur ? Elles s'expliquent de la même façon qu'il nous est possible de faire des rencontres dans des lieux ou avec des *timings* improbables : ces âmes se connaissent déjà et se retrouvent par la force divine qui les relie entre eux. Elles font tout simplement partie de notre famille. Quand bien même nous nous trouverions éparpillés sur la surface du globe, la force d'attraction qui nous relie les uns aux autres et les expériences que nous aurons à vivre ensemble seront les pôles aimantés suffisant à nous réunir.

J'explique souvent que le terme d'âme sœur ne tire pas son origine de nos plus beaux romans d'amour littéraires, mais du mot « sœur », qui fait bien référence à la famille. Retrouver son âme sœur, c'est retrouver un membre de sa famille d'âme avec lequel nous avons convenu de vivre des expériences fortes et éprouvantes. Elles peuvent être celles de l'amour, mais également celles de la parentalité, de l'amitié. Retrouver une âme sœur et décider de vivre une histoire d'amour, c'est un défi en duo avec la question sous-jacente suivante : qu'est-ce que nous sommes venus nous apporter mutuellement ? En quoi allons-nous nous apporter de l'aide l'un et l'autre ? En quoi les points de faiblesse de notre binôme nous pousseront à devoir nous dépasser et tenter d'en faire un point de force ? Tel est l'ambitieux projet de notre aventure terrestre,

délimitée par un temps bien défini. Tirons un trait définitif sur l'expression « on ne choisit pas sa famille ». Non seulement nous la choisissons, mais nous en définissons précisément les rôles. Fille aujourd'hui, mère demain, et par extension, ami aujourd'hui, ennemi demain. N'oubliez jamais que sous les traits de nos pires ennemis se cachent les meilleurs de nos enseignants. Chacun tient entre ses mains le scénario qu'il est censé suivre afin de progresser, de se transcender et ne pas reproduire les mêmes erreurs. Mais il est long et tortueux, le chemin de l'enseignement… C'est pourquoi s'entourer avec amour de ces âmes est fondamental, même lorsque ces dernières sont amenées à quitter le plan terrestre avant nous. Ces liens si forts qui nous unissent survivent bien évidemment à la mort physique, et les défunts poursuivent leur mission de protection et d'accompagnement dans l'Au-delà.

Nous sommes d'ailleurs les plus proches d'eux énergétiquement, puisque nous avons partagé à leurs côtés une existence de chair et de sang. Nous avons interagi avec eux durant toute notre existence terrestre, ou une partie simplement, et nous les avons observés, eux aussi, se débattre dans le grand bain de leurs peurs et de leurs émotions.

J'ai compris, dès mon plus jeune âge, les fragilités mais aussi les duretés de ma mère et, de façon plus générale, l'âpre mission qui revenait aux femmes de ma lignée : suicides, dépressions, abandons… Le programme terrestre n'avait rien de réjouissant. Avec mes bras d'enfant, j'ai tenté de la soutenir ; n'y parvenant pas, je me suis dit que maîtriser le langage et user de la puissance des mots pourrait sans doute agir comme des formules magiques qui feraient alors lever le voile de chagrin qui obscurcissait son regard sur la vie. Je me suis sentie intuitivement investie de cette mission,

non pas comme une enfant qui a naturellement peur de perdre sa mère, mais comme une âme à ses côtés mettant toutes ses forces d'amour au service de sa survie. Je me sentais bien plus vieille et expérimentée que ne l'indiquaient les douze bougies qui brûlaient sur mon gâteau d'anniversaire ! J'ai rassemblé toutes mes forces de persuasion pour la divertir, toutes mes ressources et mes talents pour la rendre fière. Mais chaque matin, ou chaque fois que je rentrais de l'école, je la trouvais quasi inanimée sur le canapé du salon, après avoir absorbé des doses massives de somnifères, d'anxiolytiques ou d'antidépresseurs. Je dois avouer que mon premier réflexe, dès que j'avais posé mon cartable, était de m'assurer que j'allais la trouver dans cette posture ; si je ne la trouvais pas à la maison, c'est qu'elle avait été conduite en réanimation après une tentative de suicide. J'en étais arrivée à détester le téléphone, qui ne sonnait que pour annoncer de mauvaises nouvelles.

J'avais la sensation d'être le témoin inefficace et complice des efforts de ma mère pour s'accrocher sur le plan terrestre et tenter de s'affranchir de l'égrégore de chagrin qui avait touché toutes les femmes de cette lignée. Elle était parfois capable de se surpasser et déployait une énergie incroyable dans son rôle de mère, comme si elle se rappelait brusquement le travail terrestre qu'elle était venue accomplir. Elle m'a ainsi légué son amour pour les mots, pour la danse et pour la liberté. La liberté et sa lutte perpétuelle pour ne jamais s'en trouver privée résonnèrent en moi comme un leitmotiv ; et puisque le vinyle tournait souvent sur le tourne-disque familial, je me suis imprégnée à jamais des paroles chantées par Nana Mouskouri dans *Je chante avec toi, Liberté* : « Dans la joie ou les larmes, je t'aime / Souviens-toi des jours de ta misère / Mon pays,

tes bateaux / étaient tes galères / Quand tu chantes, je chante avec toi, Liberté. »

Lorsqu'elle mourut brutalement, en partant de la maison un soir d'hiver 2004 comme pour indiquer qu'elle serait libre jusque dans ce choix, elle n'avait que cinquante-deux ans. Je savais qu'elle avait rassemblé jusque-là toutes ses forces pour tenter de remplir sa mission d'âme et incarner une femme enfin heureuse. Hélas, malgré tout l'amour dont nous l'avions entourée, mon père, mon frère et moi, nous n'étions pas parvenus à ne pas la laisser reproduire ses schémas familiaux. Des schémas répétitifs de son âme, vraisemblablement. J'ai compris aussitôt que les liens indestructibles qui nous unissaient ne pouvaient non seulement pas être rompus par la mort physique, mais qu'ils devaient perdurer pour que nous puissions, ma mère et moi, continuer de nous soutenir mutuellement. Elle, pour m'accompagner dans ce défi insolent de devenir une femme heureuse, et moi, pour l'aider à se pardonner et à cheminer encore sur sa route de l'apaisement. Si nous n'avions pas pu collaborer efficacement ensemble dans la féminité et la solidarité de son vivant, nous allions pouvoir communiquer différemment, libérées toutes deux de notre maelström émotionnel. Combien de fois ai-je été en colère contre elle, combien de fois ai-je eu envie de lui crier : « Mais ne vois-tu pas à quel point je t'aime ? L'amour, c'est la seule chose qui importe sur cette Terre ! » J'ai compris, lorsqu'elle m'a envoyé une multitude de signes après sa mort, qu'elle tentait de me répondre enfin : « Je suis là et je te montre à mon tour que je t'aime. »

Nous avions dès lors une nouvelle mission à accomplir, main dans la main, celle de protéger et d'accompagner ma fille Stella qui venait de naître, dix mois à peine après son départ. Lui ouvrir cette porte de communication nouvelle, c'était lui permettre de continuer à

prendre part à la vie de famille, tant sur le plan terrestre que sur le plan céleste. Et je peux vous assurer qu'elle n'a jamais manqué une occasion de manifester sa présence et d'être investie dans son rôle de grand-mère !

*

Nos premiers grands correspondants de l'invisible, bien avant nos anges gardiens, ce sont donc les défunts que j'ai toujours surnommés « les grands bavards de l'Univers », et qui viennent sans doute naturellement à moi car je sais très bien donner le change !

Ils se manifestent beaucoup auprès de nous pour de nombreuses raisons. Tout d'abord parce que notre plan terrestre est celui dont ils sont vibratoirement les plus proches : la Terre a été une école qu'ils ont quittée il y a peu de temps – même si « peu » peut sous-entendre des centaines d'années – et ils y sont tout naturellement encore très attachés. Au moment de leur départ physique, une partie énergétique d'eux-mêmes demeure ici-bas, comme une empreinte qu'ils auraient laissée sur un lieu qui leur était cher ou auprès de ceux qu'ils ont aimés.

Nous envoyer un signe, c'est également un procédé identificatoire fondamental pour nous, afin que nous puissions les reconnaître par-delà le voile. Ils restent tels qu'ils étaient de leur vivant : avec leur humour, leurs sarcasmes parfois, mais également leurs traits de personnalité. À travers un signe, souvent un petit détail qui agit comme une signature unique et propre à notre cher disparu, nous allons pouvoir nous dire : « Mais oui, c'est tout lui ! C'était son parfum ! C'était sa chanson préférée ! »

Dans l'Au-delà, nous redevenons une énergie pure et nous nous débarrassons de nos habits d'os et de chair, bien sûr, mais les défunts peuvent apparaître sous les traits qui ont été les leurs durant leur vie sur Terre. Ils choisissent souvent l'époque durant laquelle ils ont été les plus heureux, ou celle qui fut la plus intense et la plus chargée de sens. Pour ma part, ma mère m'est souvent apparue lors de rêves ou plus concrètement assise au pied de mon lit, avec les traits d'une trentenaire, dans une robe qui n'était pas ma préférée, mais qu'elle aimait beaucoup.

Nos défunts mettent tant d'efforts, tant amour avant tout, à nous tendre la main et à nous accompagner, encore et toujours ! Pourquoi devrions-nous céder à cette croyance populaire qui veut qu'ils soient plongés dans un sommeil éternel, drapés dans un linceul momifiant et souvent terrifiant ? L'expression consacrée « repose en paix » provient du latin *Requiescat in pace* et ne signifie pas que nos défunts doivent se reposer là-haut, puisqu'elle apparaît ordinairement sur les stèles funéraires chrétiennes, mais que leur dépouille doit être protégée. Ils ne dorment pas et n'aspirent pas à se reposer pour la nuit des temps. Leur repos et leur sérénité, c'est à nos côtés qu'ils l'acquièrent ; le chemin de deuil se fait en écho avec le leur. Si nous allons bien, ils iront bien. Si nous souffrons, ils viendront entamer à nos côtés un travail de résilience, même si nous ne les percevons pas toujours. Ils attendent, avec patience, que nous ayons laissé tomber nos armes de doute, de scepticisme ; ils observent les feux de nos émotions s'éteindre doucement pour pouvoir se glisser dans le quotidien. Enfin, ils guettent le moment opportun dans notre existence réglée comme du papier à musique pour créer une fausse note, ou plus exactement un nouvel accord dans notre vie qui nous oblige à nous arrêter.

« Si tu es là, éteins la lumière ! » Cette phrase vous fait sourire ? C'est pourtant ce que nous faisons tous dès lors que nous réclamons un signe de leur part ! Il faudrait qu'au moment où nous l'avons décidé ils se manifestent aussitôt et par le *modus operandi* que nous avons choisi. La communication avec l'Au-delà ne se règle pas au moyen d'un interrupteur sur lequel nous pourrions appuyer à loisir. Beaucoup de mes consultants sont plongés dans un grand désarroi lorsqu'ils ne reçoivent pas de messages de leurs proches disparus. Puis-je vous rappeler l'énergie qu'ils doivent déployer pour inscrire un signe dans la matière, eux qui sont redevenus une pure énergie ? L'aventure terrestre est parfois un long marathon ou au contraire un sprint violent. Certains partent dans la vieillesse, éprouvés par la fatigue d'une existence bien remplie, d'autres dans l'ultime combat d'une maladie invalidante. Pour d'autres encore, c'est dans la fleur de l'âge qu'un accident interrompt leur course folle, ou la main malveillante d'un ennemi qui les arrache à la vie dans la fureur et dans le crime. Notre âme, dont le corps est le domicile temporaire, s'extrait de cette ganse étroite pour rejoindre alors les plans de lumière.

Selon les expériences qu'elle a vécues, les missions qu'elle a accomplies, les choix qu'elle a faits et l'énergie qu'elle a dû déployer pour tout cela, l'âme aura besoin d'un temps pour se régénérer. Vous n'arrivez pas aux portes de l'invisible avec le même taux énergétique selon que vous êtes parti, octogénaire, à bout de souffle et dégradé par un cancer généralisé, ou dans la vingtaine d'un accident vasculaire cérébral. Je reprends l'expression du célèbre médium brésilien Chico Xavier, qui a été un des médiums les plus prolixes de son temps pour décrire le monde de l'Au-delà. Dans nombre de ses ouvrages, il décrit les « hôpitaux de l'âme », ces lieux de repos et de convalescence des âmes qui ont été durement

éprouvées par leur plan de vie. L'âme, avant de pouvoir être notre facteur céleste dédié, a parfois besoin d'un temps de « convalescence » avant de pouvoir nous envoyer ses premières missives.

Ma maman, qui a fait le choix d'un départ volontaire, aurait pu soulever en moi toutes les peurs et les croyances religieuses liées au suicide. D'aucuns diront qu'elle aura été soumise au grand jugement, d'autres à la damnation éternelle. Il n'en est rien. Cette issue tragique à sa vie terrestre réside simplement de son choix. Un choix brutal, un choix par défaut : celui de ne plus trouver d'autre issue au mal qui la rongeait davantage chaque jour. Je me suis aussitôt demandé quel regard elle portait sur sa fin de vie et sur les conséquences que cela avait engendré au sein de ma famille. Je m'inquiétais autant pour elle que de la sensation d'échec qu'elle pouvait éprouver : c'était une femme généreuse et empathique, qui aurait donné le dernier sou qu'elle avait au fond de sa poche à un nécessiteux alors que nous avions déjà du mal à boucler les fins de mois. Et elle avait choisi de nous laisser seuls, mon frère et moi, tout juste adultes et déjà confrontés à la perte d'un être cher.

Et puis je me suis rapidement reprise ; je compris que nous devions vivre cette douloureuse expérience ensemble et tenter de nous transcender au-delà du chagrin et de l'épreuve. Malgré la terrible fin qu'elle s'était imposée, ma mère s'est rapidement manifestée à nous pour nous rassurer et nous inonder de sa présence. Ce n'est qu'après ses nombreux signes disséminés un peu partout dans notre quotidien, qu'elle m'est apparue, dès que je fermais les yeux et que je pensais à elle, assise sur un banc, dans une posture méditative. Elle me disait avoir besoin de cette période de solitude et de ressourcement pour faire le point sur sa vie terrestre passée, sur les options qui s'étaient présentées à elle et

qu'elle n'avait pas saisies. Elle me précisait travailler ainsi pour notre famille : je compris le double sens de sa phrase. Il s'agissait d'œuvrer non seulement sur la famille que nous avions composée ici-bas, mais également sur notre famille d'âmes, plus vaste. Grands-parents, parents, enfants, amis, connaissances, médecins, tous étaient intervenus, d'une façon ou une autre, sur ce grand échiquier terrestre. C'est pourquoi je ne pouvais pas me priver de cette nouvelle communication éclairée avec ma mère, puisque ses conseils seraient précieux et son amour intact.

Recevoir un signe de l'Au-delà ne devrait jamais être une option dans l'existence, cela reviendrait à refuser une gorgée d'eau dans le désert de nos vies terrestres. Ce n'est pas non plus l'apanage des médiums ou de toute autre personne clairvoyante. Je réponds toujours à cette objection en expliquant que, pour ma part, j'ai toujours possédé ce goût pour la contemplation et l'observation minutieuse du monde qui m'entoure. Ce n'est qu'après avoir reçu ces signes et observé la présence de ces entités que j'ai accepté de travailler mon outil médiumnique comme un musicien ferait chaque jour ses gammes.

En séparant la Terre du Ciel, en créant une frontière régentée par les religions et par les tribunaux divins, les hommes nous ont laissé croire que la communication avec le monde invisible n'était réservée qu'à une poignée d'élites ou de prophètes. Mais à bien regarder les textes, il est écrit qu'« heureux les pauvres en esprit, le Royaume des Cieux leur appartient ». Il ne s'agit pas ici de pauvreté intellectuelle, mais d'innocence, de dénuement matériel, de détachement à ce que nous possédons. Les plus beaux messages célestes sont souvent rapportés par les plus simples et insouciants d'entre nous : Jeanne d'Arc, dix-sept ans ; Bernadette Soubirous, quatorze ans ; ou Marthe Robin, dix-neuf ans.

Le lien intangible et indestructible au cœur de cette communication, c'est bien évidemment l'amour ; aucune querelle terrestre, aucun conflit ne saurait entraver le pacte qui nous unit tous, et surtout pas la mort physique. Une fois le rideau tombé sur la tragédie humaine, que nous laissons tomber nos costumes de héros ou de bourreaux, que nous nous démaquillons des fards qui définissaient nos rôles les uns envers les autres, la promesse d'accompagnement demeure intacte. Elle est accessible à chacun d'entre nous et nous rappelle qu'aider l'autre revient à s'aider soi-même. Pourquoi s'en priver ?

Le grand chaos ou comment le vide laisse la place à de nouveaux choix

« La vie est belle, le destin s'en écarte
Personne ne joue avec les mêmes cartes
Le berceau lève le voile, multiples sont les routes qu'il dévoile
Tant pis on n'est pas nés sous la même étoile[3]*. »*

Gabriel est un homme créatif, fantasque, avec ce petit supplément d'âme qui me touche au point d'éprouver chaque fois de la joie à le recevoir en consultation. Enfant, il était en proie à de terribles insomnies, éprouvait une grande lassitude à suivre ses cours sur les bancs de l'école. Et surtout, il épuisait son entourage. Infatigable, sa curiosité pour la vie engendrait question sur question auprès de sa mère qui, à bout de réponses, l'emmena consulter son médecin traitant. Après de nombreuses investigations, le verdict tomba : « autisme Asperger ». Il s'agit, dit-on, d'un trouble du développement neurologique d'origine génétique, dont les principales perturbations

des patients touchent la vie sociale, la compréhension et la communication. En revanche, les patients atteints de ce syndrome d'Asperger sont étonnants de par leur culture générale et leur intérêt pour un domaine spécifique dans lequel ils excellent. Gabriel était tout cela à la fois : brillant, érudit et passionné. Il était un excellent scénariste de récits et d'histoires fantastiques, au point que sa passion dans la vie était de composer perpétuellement avec ce qu'il appelait « le champ des possibles ». Il avait su exploiter au mieux ce don créatif au point d'être un génial inventeur de jeux de société, et, de façon plus animée, de ces fameux espaces qui fleurissent partout en France que l'on nomme les *escape games*. Il s'agit d'une pièce dans laquelle vous êtes enfermés, en équipe ; vous avez une heure pour en sortir grâce à la résolution d'énigmes qui mobilisent votre logique et votre sens de la déduction.

Malgré une réussite qui forçait l'admiration, Gabriel abordait cette *success story* avec beaucoup de modestie, très certainement parce que le registre émotionnel était le seul qu'il ne savait pas maîtriser. Et de l'embarras, Gabriel en éprouvait après le départ brutal de son papa, emporté en quelques mois seulement par un cancer digestif qui ne lui avait laissé aucun espoir de survie.

– La mort est évidemment inscrite dans la condition éphémère de l'existence humaine. Mais cela dépasse la logique en ce qui concerne mon père. Il était en excellente condition physique, n'avait que cinquante et un ans et ne souffrait d'aucun trouble digestif jusque-là. J'ai retracé l'arbre généalogique pour m'en assurer, et personne n'était porteur de faiblesse hépatique. Je n'ai pas d'explication.

Le ton robotique et monocorde du jeune homme aurait pu être choquant à l'énumération quasi clinique des troubles de son père.

Mais je savais que c'était son armure indispensable pour gérer les situations dramatiques. Il vivait en réalité un terrible tsunami.

– Votre papa m'explique qu'il a souffert toute sa vie d'avoir la sensation de ne pas exister, de ne pas être crédible aux yeux de l'homme qu'il admirait le plus au monde, son propre père. Il me raconte que vous venez d'une lignée d'hommes érudits et ayant tous réussi leur ascension sociale. Malheureusement, il n'a pas su embrasser la même carrière que les hommes de sa famille, et devenir médecin à son tour. Il est tombé amoureux de votre mère durant sa première année d'études en faculté de médecine, et a décidé de tout laisser tomber pour réaliser son rêve : un tour du monde en catamaran. Au lieu de jouir de ce choix et de cette liberté, il a été rongé par la culpabilité et la honte de ne pas pouvoir vous offrir le même confort matériel et social que ses ascendants. Il me dit que ce départ était donc écrit. Votre naissance, votre différence, il l'a compris maintenant, ont été des trésors pour vous afin que vous puissiez faire ce qui vous tenait le plus à cœur : vous amuser à créer, et, par là même, amuser les autres avec vos jeux de société. Vous avez rompu le schéma du « politiquement correct », et il en est heureux, même si, avec ses yeux de père, il était très inquiet de votre avenir. Il est apaisé, dorénavant, et veillera sur vous, ainsi que sur votre plus grosse mission : vous ouvrir à l'amour !

Ce message, que je trouvais bouleversant d'authenticité, ne sembla pas atteindre Gabriel et le rasséréner. Bien au contraire. Je voyais son front se plisser et j'imaginais son cerveau gauche s'activer et enclencher les rouages de calculs savants et de déductions mathématiques.

– Mon père dit que son départ était écrit ! Il est en train de m'expliquer à moi, dont le métier est de créer des histoires dont les issues sont parfois improbables, que la vie est un grand jeu pour

lequel il n'y a aucun intérêt de commencer une partie puisque les dés sont pipés et que tout est écrit d'avance ! Jouer n'est intéressant que si le hasard entre en scène, n'est-ce pas ?

Je sentais poindre la colère dans la voix de Gabriel. Enfin une émotion, pensai-je.

– Gabriel, considérons en effet la vie comme une immense partie de jeu de société. Tous ceux qui décideront de jouer autour de la table seront d'accord pour respecter les règles de ce jeu, n'est-ce pas ? Tout jeu, comme vous l'avez précisé, suppose un créateur, un superviseur génial qui a mis au point non seulement le support, mais les outils à notre disposition pour cheminer à l'intérieur de ce jeu, pas vrai ?

– C'est exact, admit le jeune homme qui commençait à comprendre là où je voulais en venir.

– Très bien. Le décor est donc planté, les règles sont fixées. À chacun des joueurs autour de la table, donc, de faire preuve d'habileté, de réflexion et de finesse. Tout cela ne dépend que du joueur ; s'il joue pour la première fois, il commettra sans doute ce que l'on appelle les erreurs du débutant. S'il est un joueur expérimenté, il observera davantage ses adversaires et prendra du recul quant à la stratégie à adopter. Les joueurs qui composent la tablée sont parfois des proches, si le jeu se décide lors d'une réunion de famille, parfois de parfaits inconnus, s'ils ont été invités à une soirée. Toutefois, il devra composer avec les talents et les faiblesses de chacun. Ensuite, vous le savez parfaitement, le hasard entre souvent en jeu grâce à quelques coups de dés. Une partie qui semblait gagnée peut tourner à la défaveur du meilleur joueur, tandis que l'on dit des novices qu'ils profitent de « la chance du débutant ». Le suspense et le plaisir que l'on prend dans un jeu de société dépendent de tous ces critères. Sans compter ceux qui ne

participent pas au jeu mais qui, un verre à la main, conseillent, se moquent ou encouragent les joueurs. Bienvenue dans la vie terrestre, Gabriel, nous sommes, à ce moment précis, en train de jouer une nouvelle partie !

Voir la réaction du jeune homme était pour moi une belle récompense. Je repris.

– Votre papa a vécu cette nouvelle vie avec des règles déjà posées au préalable sur ce qu'il était venu accomplir. Il a composé avec les joueurs autour de sa table : ses ancêtres, son père, sa femme et puis vous, son fils. Il a tenté de s'inspirer des joueurs les plus aguerris, a connu des formidables coups de dés, avec la rencontre de votre maman, et des bévues, comme ses difficultés professionnelles. Vous savez bien ce qui distingue un bon joueur d'un mauvais : c'est sa capacité à gérer ses émotions, à pouvoir bluffer les autres quand cela est nécessaire et à prendre des risques lorsque cela en vaut la peine. Votre papa nous l'a avoué, il a été dépassé par ses peurs et ses culpabilités. J'ose imaginer qu'il a parfois bénéficié de conseils extérieurs, de bras invisibles qui l'ont retenu au moment de prendre certaines décisions, lourdes de conséquences.

– Il ne faut pas aller chercher très loin. Ces bras, c'étaient les miens, admit Bertrand les yeux embués de larmes. Vous avez raison, j'ai parfois tenté de l'avertir. J'avais l'impression de mieux maîtriser les règles du jeu, sans doute est-ce une déformation professionnelle. Mais si une partie de jeu de société est amusante et nous divertit, la vie n'a rien de drôle. Quand on perd un joueur, on le perd pour toujours !

– Jouer, cela signifie parler, badiner. Et parler, c'est déjà donner une direction à notre vie, un sens à notre voyage. N'oubliez jamais que la vie terrestre est réellement semblable à un jeu de société : il

n’y a ni gagnant, ni perdant. L’essentiel est le plaisir qu’on aura pris à jouer, les liens que nous aurons tissés. Vous pourrez, à tout moment, recommencer une partie et prendre votre revanche.

La seule différence entre le jeu céleste et le jeu terrestre, c’est que notre âme a totalement oublié les fameuses règles du jeu en arrivant sur Terre. C’est le mythe d’Er qu’expose Platon dans le dixième livre de *La République* et qui évoque le grand fleuve de l’oubli, le Léthé. L’âme, au moment de retourner sur les plans invisibles, est accompagnée de son guide, puis traverse une plaine aride sur laquelle règne une chaleur insupportable. Elle passe alors près du fleuve Amélès où elle va naturellement avoir envie de s’abreuver ; Platon précise que les âmes les moins prudentes vont boire sans retenue. Plus ces âmes s’abreuvent, plus elles perdent la mémoire avant d’aller rejoindre le décor d’une nouvelle incarnation terrestre. Seul Er ne boira pas cette eau, et conservera la mémoire. Il pourra alors préserver ce mythe de l’oubli et être un témoin privilégié de l’immortalité de l’âme.

Je ne peux m’empêcher de penser que des êtres comme Bertrand, brillants par leur singularité et leurs connaissances, n’ont dû boire que quelques gorgées de l’eau de ce fleuve de l’oubli. À tel point qu’une fois lancés dans une nouvelle partie de jeu terrestre, ils retrouvent avec facilité une certaine souplesse dans la réminiscence du grand savoir et l’envie d’imiter les règles du jeu auxquelles ils ont souscrit. Je dis souvent que les autistes sont encore extrêmement connectés au monde céleste, et qu’ils sont divisés entre le plan spirituel d’où ils viennent et le plan matériel qu’ils doivent habiter.

Il en est un peu de même pour les médiums : ils ont une appétence pour retrouver les mécanismes intuitifs ; ils ont gardé, au fond de leur âme, des souvenirs auditifs, photographiques et

énergétiques, au point de les reconnaître immédiatement quand ils reçoivent des manifestations de l'Au-delà. Selon l'adage bien connu des cordonniers qui sont toujours les plus mal chaussés, autant les médiums sont des messagers efficaces, des avertisseurs sur la route pour ceux qui viennent les consulter, autant ils sont de bien piètres visionnaires pour eux-mêmes… Le prisme déformant de leurs propres émotions, le manque de recul évident quant à leur existence les ramènent à être de simples joueurs durant la partie.

*

Connaissez-vous le célèbre dessin animé *Le Monde de Nemo* de Walt Disney ? C'est l'histoire de Nemo, un petit poisson-clown enlevé par un plongeur, dont le père, Marin, part à la recherche. En chemin, il croise la route de la jolie Dory, poisson bleu et jaune, incapable de se souvenir de son prénom puisqu'elle souffre de troubles de la mémoire immédiate. Malgré ses problèmes d'oubli perpétuel qui rendent Marin dubitatif, Dory est d'un tel optimisme face à la vie et ses épreuves qu'elle saisira les quelques opportunités qui permettront de retrouver le jeune poisson.

Vous le savez, les dessins animés offrent souvent une double lecture, selon qu'on les regarde avec des yeux d'enfants ou d'adultes. Dory, c'est un peu la représentation symbolique de la condition humaine, qui ne cesse d'oublier les expériences qu'elle a vécues et qui fait table rase à chaque instant du passé immédiat. Toutefois, lorsque nous entrons dans une nouvelle incarnation terrestre, nous sommes « neufs » de ces souvenirs et nous conservons une certaine légèreté, une insouciance qui nous permet de faire naturellement le vide en nous et d'accorder notre confiance. Marin, le papa de Nemo, est le paternel, l'ancêtre, celui qui conserve

le plus de souvenirs et qui est lesté par les doutes ; il ne voit plus les indices sur sa route, même s'ils paraissent évidents. Il est le garant de l'histoire familiale.

Nous sommes ces poissons errant dans l'océan de la vie mais, comme nous l'avons vu, nous sommes sous bonne garde céleste, grâce à nos anges gardiens qui veillent à la bonne réalisation de notre scénario terrestre, et grâce à notre famille d'âmes, qui y prend une part significative. Nos guides sont les dépositaires de notre grand livre personnel et doivent veiller à ce que nous tournions toutes les pages. En nous engageant auprès de nos guides, nous regardons ce grand plan comme si nous étions à la veille d'un grand départ en voyage et que nous consultions la carte routière. Si l'itinéraire est défini, nous serons soumis à un important déploiement d'énergie que certaines situations vont nous demander, aux imprévus, à la fatigue dont nous n'avons pas toujours bien évalué l'importance. Si le parcours est tracé, nous ne savons pourtant absolument pas comment nous l'appréhenderons.

J'éprouve une infinie compassion pour cette âme volontaire qui se dit : « Allez, je repars dans une nouvelle vie ; je vais y arriver, cette fois. » Tout simplement parce que je suis l'une d'entre elles, tout comme vous.

Nos anges tutélaires ont beaucoup à faire dans leur mission de protection et d'accompagnement ! Si nos désincarnés nous envoient avec amour et bienveillance de nombreux signes sur notre route, favorisant les belles opportunités, nous indiquant leur présence, nous envoyant toutes leurs plus belles énergies, ils interviennent comme des facilitateurs. Ils peuvent intervenir pour jouer les Cupidons et aider deux âmes à se rapprocher, à se percevoir enfin ; ils nous avertissent des dangers, évitent certains accidents fâcheux.

Ils sont nos correspondants accessibles et toujours en alerte. Mais ils n'ont évidemment pas le pouvoir de modifier les lignes de notre plan terrestre, dont ils prennent connaissance, une fois désincarnés. Ils ne peuvent ni l'interrompre, ni le changer. Nous détenons nous-mêmes certaines clefs de décisions, tandis que nos guides détiennent les autres. Une fois lancés dans la vie, nous avons tous cette propension naturelle à vouloir tout contrôler, à exercer une totale maîtrise sur les événements et une parfaite synchronisation de l'ensemble grâce à une multitude de rituels.

Notre grand paradoxe est de prier, de supplier parfois pour que toute notre vie puisse changer, sans jamais laisser un seul interstice possible à ce changement tant demandé ! Nous portons une armure, lourde et invalidante : celle de nos émotions, qui sont finalement les fantômes les plus actifs de notre quotidien. Elles vivent en nous comme les spectres gluants de nos souvenirs tristes et effrayants ; et c'est précisément le bras de fer bienveillant qui va s'engager avec notre guide. Lui va s'atteler à générer le grand chaos dans nos vies bien ou mal rangées.

*

Dans l'étymologie grecque, *chaos* signifie littéralement « la faille, la béance, ce qui est grand ouvert ». Toutes les cultures évoquent d'ailleurs le fait de bailler, de façon physiologique, comme l'intervention d'un esprit. Contrairement aux idées reçues, mettre sa main devant la bouche quand on baillait n'était à l'origine ni une mesure d'hygiène, ni une marque de politesse, mais la peur que le diable n'y entre ! Dans la même idée de béance, le fait d'éternuer, chez les Grecs, était interprété comme le passage d'un esprit. C'est de là que viendrait la tradition d'offrir ses souhaits à une personne

qui vient d'éternuer : prononcer son vœu reviendrait à le formuler auprès de l'esprit passant à cette occasion et lui demander de l'exaucer.

Créer le chaos, c'est pour nos guides, une façon de générer de l'inattendu dans nos existences régentées par le confort et la sécurité. La philosophie bouddhiste nous rappelle, dans sa grande justesse, qu'il y a une seule chose que nous ne pourrons pas changer sur Terre : c'est que tout change ! La loi de l'impermanence prévaut toujours sur la volonté de tout figer, comme si nous étions dotés d'une baguette magique et que nous pouvions arrêter le temps et son œuvre. Nous voulons conserver nos enfants joufflus pour toujours auprès de nous, arrêter les stigmates de la vieillesse, qu'aucune tuile ne tombe du toit de la maison que nous avons fait construire… Je vous rappelle que la création même de notre planète et de la vie qui la peuple provient du fameux Big Bang ou Grand Boum. L'essence même de l'humanité est d'arriver avec perte et fracas, et je constate qu'elle y a toujours eu recours pour modifier les lignes de son histoire et de son évolution. Les pouvoirs en place se sont retournés dans « la sueur, le sang et les larmes », la Bastille a été prise en brandissant des étendards et des armes, les séparations s'opèrent à grands coups de divorces et d'avocats.

J'entends d'ici mes sages penseurs, une pâquerette à la main et le cheveu en bataille, me dire : « Mais Anne, que dites-vous là ? Prenez une tasse de thé vert et calmez-vous ! Il n'est pas utile de faire la guerre pour avancer, tout est négociation avec son cœur, discussion et résilience ! Vous, la Parisienne toujours en train de courir et au pantalon bien repassé, posez votre baïonnette et venez tester notre tente de sudation ! »

Ah, je vous aime infiniment, vous, mes doux rêveurs ! Mais j'ai envie de vous poser cette question : par combien de chemins de

rupture, de déceptions et d'abnégation avez-vous dû passer pour être aujourd'hui sur ce beau chemin spirituel ? Je ne le sais que trop : il vous a fallu perdre un être cher ou essuyer de grands échecs, vous tromper maintes fois, voir que l'amour n'était pas réciproque pour choisir, enfin, le chemin qui vous correspondait.

Nos guides sont toujours là pour nous aider à maintenir le cap de notre destinée, mais certainement pas de la façon dont nous l'envisageons. Les signes, les rencontres, les synchronicités nous parviennent avec force dans ce que j'appelle les « entre-deux », ces périodes charnières et bouleversantes où nous nous cherchons : l'adolescence, la fameuse « crise de la quarantaine », ou la retraite. Il s'agit de périodes de mutation de notre existence où nous devons faire des choix de vie. De la même façon, un déménagement, une séparation, un deuil ou une maladie nous placent dans des situations explosives et inédites et viennent brouiller tous nos repères. Nous ne pouvons alors plus calquer nos réflexes de vie, nos automatismes pour nous protéger ; le chaos vient frapper à notre porte et nous demande instamment : « Et maintenant, que vas-tu faire ? ». N'y voyez pas là un jeu cruel ou un amusement des dieux à nous observer comme si nous étions des rats de laboratoire en train de nous époumoner à faire tourner la roue terrestre. Plus nous freinerons devant l'obstacle, plus il y aura à parier que notre période de chaos à venir sera cinglante et tremblante.

Ces moments de failles générées par nos guides n'ont qu'un seul but : faire entrer à nouveau l'inattendu et l'opportunité dans notre vie. C'est pouvoir saisir le dieu Kairos par sa petite touffe de cheveux tandis qu'il passe devant nous. J'aime beaucoup cette phrase de Jean-François Vézina dans *Les Hasards nécessaires*[4] qui dit que

« c’est quand on arrive en retard pour un événement programmé qu’on arrive à l’heure pour quelque chose d’autre ».

Vous l’avez sans doute remarqué, c’est toujours dans les moments où nous perdons le contrôle, où nous sommes totalement perdus, que la vie et le hasard peuvent enfin entrer en jeu. Parce que nous lâchons prise. Les lieux de transition, de passage sont propices à ces hasards, bons ou mauvais : les gares, les aéroports, les aires d’autoroute, les hôpitaux, sont des lieux magiques ou terribles pour cela. Nous devons nous plier à leur tumulte, à leur désordre, à leur méli-mélo de passagers hagards et pressés. Ce n’est pas pour rien s’ils constituent les décors privilégiés pour tout bon roman ou film. Ces lieux sont les plus belles toiles de fond pour que l’extraordinaire naisse de l’ordinaire.

Savez-vous à quel moment les coups de foudre ont davantage de chance de se produire ? Lorsque nous sortons de périodes difficiles psychologiquement, qui nous ont mobilisés tant au niveau physique que physiologique, « essorés » à tel point que nous avons dû nous concentrer entièrement à leur résolution. De ces épreuves, nous avons été contraints à un lâcher-prise urgent et souvent déconcertant.

Je lis régulièrement, dans des ouvrages de psychologie, que le coup de foudre serait la volonté inconsciente de la pensée magique, comme l’entretien du mythe de Cendrillon qui attendrait son prince charmant. Je peux vous dire qu’avec le nombre de petites filles qui existent sur Terre et qui sont, à ce moment précis, en train de coiffer leur poupée tout en réclamant la venue de leur prince charmant, nous serions envahis de beaux cavaliers sur leur fidèle destrier et nous reprendrions cette formule en chœur ! Même si je suis persuadée du pouvoir magique de la pensée, dans ces situations précises, c’est la résilience dans laquelle nous nous plongeons qui

permet aux rencontres de se mettre silencieusement en place : ne plus rien attendre, c'est se préparer à tout recevoir !

Rappelez-vous les récits de vos amies sur leurs plus belles rencontres : « Je venais à peine de divorcer, et pour moi, il était hors de question de me remettre en couple ! », ou bien « Je sortais le chien en promenade dans un pantalon de jogging informe, j'avais le nez rougi par le froid et cet homme est venu me demander son chemin ! » Il s'agit en effet parfois d'un trop-plein émotionnel qui nous englue dans nos croyances noires et désespérées et qui nous empêche tout calcul sur l'avenir, toute projection possible à l'intérieur de laquelle nous pourrions tout borner. Ces périodes transitoires sont plus ou moins longues, mais elles constituent cette fameuse « béance » qui forme un interstice dans lequel il n'y a plus ni espace, ni temps.

En appuyant sur la touche « pause » de notre film terrestre, nous perdons, dans cette période chaotique, tout pouvoir de diriger quoi que ce soit. C'est après ces grandes déflagrations que nos guides peuvent enfin se manifester à nous en disséminant des signes dans notre quotidien. Non pas, comme on pourrait le penser, à petits pas feutrés et visibles uniquement par des initiés, mais avec toute leur magnificence et leur capacité de bouleversement.

*

Véronique est une Bretonne au caractère bien trempé que j'ai eu le plaisir de rencontrer à un salon du livre. Vouant une passion pour le dessin et les couleurs depuis son plus jeune âge, elle s'imaginait épouser les pas artistiques d'un Rembrandt ou d'un Renoir quand elle serait grande. Malheureusement, les premiers pinceaux que ses parents lui donnèrent servirent à rafraîchir la peinture des murs de

l’hôtel-restaurant familial qu’ils tenaient depuis plus de trois générations… Faisant le deuil d’une carrière artistique, elle reprit courageusement le commerce parental et parvint même à en doubler le chiffre d’affaires. Son sourire et sa gentillesse en toutes circonstances firent l’unanimité auprès d’une nouvelle clientèle charmée. Tout investie de cette mission épuisante, sa vie amoureuse fut, comme ses envies artistiques, relayée au second plan. Elle vécut une jolie histoire d’amour avec Philippe à l’âge de vingt ans, mais ses heures interminables passées à l’accueil de l’hôtel eurent raison de leur histoire. Elle épousa alors André comme elle avait épousé le rôle de directrice d’établissement : par raison.

Après des années de dévouement passées également au chevet de ses deux parents, tombés malades, ces derniers décédèrent à cinq semaines d’écart, laissant un grand vide derrière eux. Sylvie, la sœur cadette de Véronique, qui s’était sentie, depuis toujours, évincée de l’affaire familiale et d’une certaine façon, de la confiance de ces derniers, imposa à sa sœur la vente immédiate de l’établissement. N’ayant pas les fonds pour racheter la part de sa sœur, Véronique dut se résoudre à vendre. Alors qu’elle se rendait en voiture chez le notaire pour la signature, le chagrin la tenaillait et la colère de voir le travail d’une vie réduit à néant la rongeait. Elle manqua l’intersection qui devait la mener à l’étude notariale et se retrouva quasiment nez à nez avec son mari, sur le perron d’une maison qu’elle ne connaissait pas, en train d’embrasser fougueusement une inconnue.

Ce soir-là, Véronique fit ce triste constat : sa vie, en quelques semaines à peine, n’était plus qu’un douloureux cauchemar. Peu attentive au reportage de société hebdomadaire que diffusait son grand écran, elle finit par s’endormir, encore engourdie par tant de mauvaises nouvelles. Elle fut réveillée en sursaut et découvrit avec

surprise, sur l'écran, deux visages qui lui étaient familiers, en pleine interview : Philippe, son amour de jeunesse, qu'elle aurait reconnu entre mille malgré les petites griffures du temps, et Catherine, son amie d'enfance. Devenu médecin, Philippe exposait son travail associatif auprès des sans-abri ; Catherine était devenue son assistante. Ce furent les mots de son amie, qu'elle n'avait pas revue depuis plus de vingt ans, qui résonnèrent avec force dans son oreille, au point de l'abasourdir : « Vous savez, quand on a tout perdu, comme ces gens, on doit vite se concentrer sur l'essentiel. » Catherine parlait bien évidemment de la condition précaire des sans-abri, mais Véronique comprit, ce soir-là, que le message lui était indirectement adressé. Maintenant que l'Univers l'avait dépouillée de tout ce qu'elle possédait, que choisirait-elle de faire ?

Libérée de son rôle de garde-malade, d'un commerce qu'elle n'avait repris que dans un souci de perpétuer la tradition familiale, et d'un mari qu'elle n'avait finalement jamais vraiment aimé, elle avait désormais l'autorisation de faire enfin ce qui lui plaisait. La première chose qu'elle fit fut de reprendre contact avec Catherine, qui ne put s'empêcher de lui chuchoter que « Philippe sera tellement heureux de te revoir… »

Véronique n'était pas venue seule, à ce salon du livre de Vannes. Elle tenait le bras de Philippe comme si elle avait peur que l'amour qu'ils partageaient depuis trois ans ne s'envole. Mais au fond, elle savait qu'elle avait trouvé son essentiel.

– Anne, je suis venue vous dire que la vie est pleine de surprises !, me dit-elle en me tendant un feutre violet pour que je lui fasse une dédicace colorée, comme les tableaux qu'elle peignait dans son tout nouvel atelier.

J’entends à nouveau mes tendres détracteurs m’objecter : « Mais si le chaos intervient dans votre vie, c’est parce que vous l’avez bien voulu, non ? Pourquoi toujours autant de violence dans ce monde ? »

À vous que j’aime égratigner de mes petits mots mordants, je veux dire que vous avez raison ! Mais je m’inclus dans la foule d’âmes qui revient prendre la Terre comme location éphémère, et qui, ayant perdu tout souvenir de la mission qui lui revient, devra tenter, à défaut, de trouver un chemin de réalisation satisfaisant et heureux pour elle. Qui peut prétendre savoir ce qui est réellement bon pour lui ? Selon l’univers géographique, culturel, familial et relationnel dans lequel nous arriverons, nous tenterons sans doute d’agir par mimétisme. Si le premier schéma amoureux aux côtés duquel je vis, enfant, n’entretient de lien que dans la violence et l’humiliation, comment pourrai-je ne pas l’assimiler à une normalité, même si elle génère de la souffrance ? Si ma lignée s’épuise, depuis des générations, à grimper les échelons sociaux, à faire de la réalisation matérielle un gage de réussite et de fierté, comment pourrais-je aspirer à vivre dans le dénuement sans éprouver une quelconque culpabilité vis-à-vis de ceux qui attendent que je m’engage dans la course à l’argent ? Notre caverne platonicienne nous héberge dès notre plus jeune âge et y abrite les fondations de nos intimes convictions. Comment comprendre alors que nous faisons parfois fausse route, que la définition de la vérité ne prend sa source que dans les enseignements parentaux et qu’elle ne correspond pas à notre chemin d’épanouissement personnel ?

« Il vous suffit de prier, ma chère Anne, Dieu répond à tous ceux qui le sollicitent ! » Cette phrase, je l’ai entendue souvent, non pas au sein de la famille totalement athéiste dont je suis issue, mais de la part de nombreuses personnes que j’ai rencontrées sur ma voie

spirituelle. Mais il ne suffit pas de nous jeter à l'autel d'une église ou d'un temple, de joindre les mains et de crier désespérément à Dieu : « Aide-moi ! » Encore faut-il savoir ce que nous voulons vraiment ! Et parfois, ce que nous voulons pour nous-mêmes, plus que toute autre chose, n'est qu'une impasse terrible, une illusion de bonheur et de sécurité. Nous sommes, la plupart du temps, nos meilleurs bourreaux. Les objectifs que nous nous fixons, les buts que nous voulons atteindre sans même nous demander s'ils correspondent à nos réelles envies, peuvent être des gouffres dangereux.

Avec patience, amour et détermination, nos anges nous observent, nous laissent escalader les montagnes escarpées de l'expérience, boire l'eau des oasis qui nous laissent plus assoiffés encore, et tomber dans des abîmes d'illusion. Mais, tout au long de cette route, ils demeurent nos grands aiguilleurs du Ciel et déploient toutes leurs forces et leur énergie uniquement à notre service. Ils sont présents à chacun des grands carrefours de notre vie que nous empruntons, et veillent sur nous. Sans que nous ne le comprenions toujours, ils ne cessent d'être en contact avec nous et communiquent grâce à tous ces petits cailloux qu'ils déposent constamment sur notre route pour nous faire comprendre que nous ne sommes jamais seuls. Parfois nous butons sur ces cailloux en les voyant comme des contrariétés et des retards, parfois nous les analysons comme des présages à prendre en compte dans nos futurs choix. Si, malgré cela, nous nous obstinons à vouloir nous perdre dans nos convictions, ils ont le devoir de nous ramener sur l'engagement que nous avons pris au préalable, en leur présence, pour tracer les lignes principales de notre incarnation terrestre. Les signes que nous envoient nos anges sont nombreux et à la hauteur de leur pouvoir.

Observez minutieusement le monde qui vous entoure

On me demande souvent comment distinguer un signe que notre ange gardien nous envoie d'un signe qu'un défunt nous fait parvenir. Je répondrai simplement que nos défunts, contrairement aux guides, n'ont pas le pouvoir de changer le cours de notre destinée, et qu'ils sont nos facilitateurs du quotidien. Par ailleurs, le grand trait caractéristique des signes de nos défunts, c'est l'humour qu'ils sont capables d'y mettre. Ils sont parfois espiègles, moqueurs et ironiques dans leur façon de se manifester. Et vous savez comme moi que lorsqu'il s'agit de soi, nous perdons souvent tout sens de l'humour !

En mobilisant nos sens et notre capacité d'observation, percevoir un signe de l'Au-delà est à la portée de chacun d'entre nous. Caroline et Anthony en ont d'ailleurs fait la plus complète des expériences.

Caroline est heureuse, en ce jour tant attendu. Elle va enfin s'unir à Paul, après deux années d'amour et de vie commune. Médecin généraliste, elle a su se constituer une patientèle sympathique et gagner la confiance de cette dernière, malgré ses airs d'éternelle adolescente et sa silhouette de sylphide. Il ne faut pas se fier à son petit air étourdi, Caroline maîtrise parfaitement tous les aspects de sa vie, de la même façon qu'elle s'est jetée corps et âme dans la préparation de ce mariage qu'elle a voulu raffiné et festif, dans le pur respect de la tradition catholique. Elle s'unira à Paul dans la petite église du Lot-et-Garonne où ils résident, pour rejoindre ensuite un manoir loué pour l'occasion. Pendant que le staff est en pleine effervescence dans la salle du dîner, le père de Caroline vient la

rejoindre au domicile d'une amie où elle a élu domicile la veille afin de se préparer et d'enfiler sa robe de mariée. C'est une jeune femme clouée au fond de son lit que son père va découvrir au petit matin, qui oscille entre les nausées et la fièvre à quelques heures de l'événement. Caroline a facilement établi son propre diagnostic : infection urinaire carabinée. Avec sa robe encombrante, la jeune femme n'imagine pas une seconde utiliser les toilettes de l'église et se livrer à d'improbables contorsions embarrassantes… Qu'à cela ne tienne : elle prend de puissants antibiotiques afin de ne manquer pour rien au monde le jour le plus heureux de son existence et monte dans la voiture de son père, après avoir camouflé grâce au talent de son amie maquilleuse les dégâts de sa nuit blanche. René, son père, connaît l'itinéraire par cœur, puisque c'est l'église dans laquelle il a lui aussi épousé la mère de Caroline, quarante ans plus tôt. Seulement, après dix minutes de route, un énorme panneau « sens interdit » leur barre le chemin. Un homme en combinaison de travail vient à la rencontre du cortège spécial, en voyant les mines dépitées de Caroline et de son père en costume trois-pièces.

– Désolé, la rue aurait été trop dangereuse à pratiquer ! Quand un chemin est trop difficile à prendre, vaut mieux ne pas y aller, n'est-ce pas ?, tente de justifier l'homme.

Une logique implacable. Dans l'obligation de faire demi-tour, Caroline et son père comprennent qu'il leur faudra le double du temps estimé pour se rendre à l'église. Quarante-cinq interminables minutes de retard sous une pluie battante, c'est ce qu'auront attendu les invités, qui se réfugient finalement sur les bancs de la petite église en attendant la procession officielle de la famille jusqu'à l'autel. Les premiers à défiler au son de la fameuse marche nuptiale de Wagner sont Paul et sa mère, qui s'accroche au bras de son fils, à la fois fière et fébrile, dans une démarche qu'elle a rehaussée de

plusieurs centimètres par de vertigineux talons. Elle était presque arrivée à la hauteur du curé lorsqu'une petite plaque de métal capture son talon droit et la fait basculer violemment à terre, le menton en avant. Le seul à être resté droit est le talon de sa chaussure, arraché à cette dernière, qui trônera fièrement devant eux, le temps de l'intervention des pompiers et des points de suture qu'ils lui feront à la hâte afin de pouvoir reprendre la cérémonie. Dans cet enchaînement de bévues, je ne sais finalement pas qui aura eu le plus de chance : la mère de Caroline, terrassée par une migraine atroce, qui l'empêchera de goûter aux délices du banquet, ou les convives qui se sont régalés, mais qui resteront cloués au lit le lendemain à cause d'une intoxication alimentaire. Un problème de réfrigérateur arrêté dans la nuit suite à une panne électrique, conclura le traiteur, dont la réputation n'était pas à mettre en cause. De sa nuit de noce, Caroline n'aura rien à raconter, ni à ses fidèles amies, ni à sa future progéniture : le mélange des antibiotiques avec le champagne servi au vin d'honneur lui aura été fatal au point qu'elle devra lutter toute la journée contre une irrépressible envie de dormir, et qu'elle s'écroulera de sommeil un peu après la pièce montée…

Cette histoire, qui nous divise entre l'envie de rire et de nous désoler, c'est Caroline elle-même qui me l'a racontée, quelques jours avant son divorce.

– Avec le recul, je me dis que là-haut ils ont fait fort pour tenter de me prévenir ! À l'époque, j'ai préféré attribuer cette journée catastrophe à la malchance, mais nos années de mariage m'ont permis d'avoir un autre regard sur les choses. Avec Paul, nous nous sommes engouffrés dans une routine qui nous a rapidement éloignés l'un de l'autre. Nous ne nous sommes jamais projetés dans quelque projet d'avenir ; le seul que nous ayons concrétisé est cette

maison, que nous nous battons aujourd'hui pour vendre. Je me suis acharnée à penser que cette union était bonne pour moi… Désormais, je serai davantage attentive aux signes que l'on m'envoie ! J'étais persuadée que suivre le chemin de mes parents, me marier au même endroit, s'inscrivait dans la logique évidente du bonheur conjugal. Je ne m'étais pas posé la question pour moi-même. Ce sera ma priorité, maintenant : la recherche du bonheur.

Je souris en entendant Caroline parler de bonheur. Ce mot se décompose ainsi : « bon-heur », qui signifie la bonne fortune ; par extension le mot « heure » a vu le jour en faisant référence à la temporalité, mais il désignait initialement le fait d'être né sous les bons astres et de connaître un bon destin. La recherche du bonheur, ce n'est ni plus ni moins tenter de retrouver le chemin que les astres ont tracé pour nous. Il n'inclut pas de notion positive ou négative dans sa définition, c'est pourquoi de grandes épreuves peuvent nous être imposées pour notre plus grand bonheur. Je vous l'accorde, nous ne le voyons absolument pas de cette façon au moment où nous les subissons ! Je tendrais plutôt, tout comme vous, à ranger la définition du mot « bonheur » quelque part entre deux palmiers, sur une île paradisiaque, dans l'indolence et l'abondance.

Si le récit du mariage de Caroline prête à sourire, et si l'enchaînement des signes qu'elle a reçus n'a pas empêché ce mariage d'avoir tout de même lieu, Anthony a, quant à lui, été averti bien plus tragiquement.

Du haut de ses vingt ans, c'est un jeune homme qui court après une quête sans fin et très en vogue : celle de la popularité et de la mise en lumière. Être « populaire » en 2020, c'est se servir d'outils numériques qui permettent une diffusion large et instantanée : les réseaux sociaux. Anthony les connaît sur le bout des doigts, et à

grands coups de posts sur Instagram, sur Facebook ou Twitter, il est parvenu à ce qu'il cherchait secrètement, c'est-à-dire obtenir une communauté de *followers* qui le suit quotidiennement dans sa vie. À grand renfort de castings et de photos musclées, il est parvenu à apparaître dans quelques émissions de téléréalité qui portent bien mal leur nom. Dès qu'il fut sorti de ces programmes, Anthony croula sous les propositions de partenariats financiers. À vingt ans à peine, il se retrouva sous les feux des projecteurs, les poches bien remplies d'un argent qu'il gagnait sans peine. La popularité, il pouvait la compter en nombre de « K », c'est-à-dire en milliers d'internautes qui l'encensaient ou le critiquaient chaque jour. Anthony ne l'aurait certainement jamais écrit en dessous d'une photo de lui en maillot de bain, mais plus sa cote enflait, plus le vide se creusait au fond de lui. Ce vide, c'était celui de son père qui avait abandonné le foyer familial dès son plus jeune âge, le laissant avec ses frères et sœurs sous la responsabilité de sa mère qui s'était débattue toute son enfance pour pourvoir à leurs besoins.

Très vite, Anthony s'est laissé happer par les paradis artificiels, par les excès qu'un tel univers lui proposait avec une facilité déconcertante ; il a prêté sa confiance à des gens peu scrupuleux qui l'ont fait basculer dans des activités à la frontière de la légalité. « Sexe, drogue et rock'n'roll », ou plutôt « Sexe, drogue, rap et argent sale ». La mère d'Anthony, dépassée par la vie hors norme de son fils, ne pouvait que prier chaque jour pour qu'il ne se mette pas davantage en danger et qu'il stoppe ses activités illicites ainsi que sa vie sur un fil d'équilibriste. Elle a été, hélas, plus qu'exaucée.

Anthony a la passion, héritée de son père, pour les deux roues et plus précisément les motos puissantes, qu'il maîtrise parfaitement. Conduire prudemment, c'est à peu près la seule chose qu'il sache faire dans sa vie débridée et pleine de risques. C'était le seul conseil

que son père lui avait donné, enfant, avant de prendre la poudre d'escampette, et il ne l'avait jamais oublié. Ce matin-là, il doit rendre visite à sa sœur, le sac à dos chargé de cadeaux ; depuis qu'il mène grand train, il s'est en effet improvisé père Noël pour sa famille qui a connu de nombreuses années de vache maigre. Alors qu'il arrive à la dernière intersection avant d'atteindre le pavillon de sa sœur, un véhicule qui ne marque ni l'arrêt ni la priorité pour Anthony le percute dans une violence effroyable. Le jeune homme est éjecté de son engin et vient terminer sa course en plein vol dans un panneau « Stop » qui se trouvait sur sa trajectoire. Le socle en aluminium lui brise le sternum, les côtes et le diaphragme. Par miracle, le jeune homme encore en vie est transporté rapidement à l'hôpital. Après quelques jours de coma artificiel pour lui éviter des douleurs insoutenables, lorsqu'Anthony se réveille de ce cauchemar, il subit un deuxième choc en apercevant son reflet dans le miroir de la salle de bains : ses joues sont creusées, son corps n'est plus qu'un ensemble d'os saillants et douloureux. Plus de muscles hypertrophiés qui ont fait sa gloire sur les réseaux sociaux, plus de gueule de jeune premier : la vie l'a, au sens propre du terme, stoppé dans son élan.

Gloria, la maman d'Anthony, tient dans ses mains une photo de son fils, comme dans un réflexe de protection, au moment où elle me confie cette dramatique histoire.

– J'ai eu si peur de le perdre ! J'étais déjà démunie par la vie qu'il menait, les gens qu'il fréquentait. J'ai compris, ce jour-là, l'avertissement qu'on venait de lui donner. Il devait stopper tout cela, et vite. Mon fils est resté des semaines à l'hôpital, puis des semaines encore entre les mains de médecins, de kinésithérapeutes pour sa rééducation. Je me suis sentie coupable. J'ai compris le sens du mot « rééducation », j'avais sans doute été trop laxiste et il

devait être de nouveau pris en main. Cette période durant laquelle il a été éloigné des strass et des paillettes a été finalement bénéfique, j'ose le dire : les vautours qui lui tournaient autour se sont désintéressés de lui, et il a dû faire un travail énorme sur lui-même pour comprendre que ces gens qui prétendaient l'aimer ne l'aimaient pas ; c'était l'image qu'il avait fabriquée de lui qui était un leurre. Cet épisode tragique, c'est une chance pour lui de recommencer à zéro, et j'espère qu'il va la saisir.

*

Si nous nous retournions sur des situations passées, nous pourrions, comme Anthony sans doute, relever de nombreux signes qui jalonnaient notre route. Devoir lutter pour entamer des démarches administratives, professionnelles ou encore familiales alors qu'elles n'ont rien de complexe peut déjà constituer en soi un avertissement du monde invisible. Mais nous sommes gouvernés par un leader incontestable qui ne supporte ni le doute, ni l'à-peu-près : c'est notre ego. Même s'il constitue le fondement essentiel de la construction de notre personnalité, il est cette partie difficilement sondable qui nous oblige à tout ramener à nous-mêmes. Il est le bâtisseur de notre « moi » qui est, une fois encore, une identification à certaines valeurs de nos parents, dans lequel il puise ses racines. Parvenir à s'accepter et à s'aimer est la mission de l'ego qui tente de le faire avec des fondements justes et équilibrés. Il est le maître de nos actions et cherche perpétuellement des objets et des personnes de ce monde auquel il peut s'attacher et se projeter.

Or, Kant écrivait, avec beaucoup de justesse, que « la volonté de faire le bien de l'autre est l'essence même de la tyrannie ». Parfois, derrière nos certitudes et nos envies de générosité se cachent des

motifs secrets et difficilement identifiables qui témoignent de la puissance de l'ego. Trouver la juste représentation de nous-mêmes, notre véritable nature, est une mission délicate. L'ego peut nous tromper, nous duper au point que nos capacités de réactions face aux événements ne sont pas toujours celles qu'elles devraient être. L'ego doit tenter de répondre sans cesse à nos ténèbres intérieures de doute et de peur. Il se focalise alors sur des points extérieurs à nous et les transforme en besoin d'amour, de reconnaissance et d'approbation. C'est ce qu'a fait Anthony en se jetant à corps perdu dans un monde digital illusoire et sombre. C'est exactement ce que j'ai fait également, dans mon parcours universitaire et d'enseignement élitiste : je répondais inconsciemment aux désirs de ma famille d'être celle qui parviendrait à redorer le blason d'une lignée abîmée par la guerre et la misère. J'avais l'impression d'être investie d'une mission d'honneur et rien n'aurait pu me détourner de cette croyance. Je confondais mes espoirs de valorisation familiale avec mon épanouissement personnel. Pourtant, tous les signes étaient au rouge : je n'étais jamais affectée là où je le demandais ; mes emplois du temps, complètement décousus, m'épuisaient dans le bal incessant des transports. Une fois dans ma salle de classe, j'étais prise de rhinites incessantes ; je n'ai découvert que bien plus tard que j'étais mon propre agent responsable des allergies que je déclenchais. Mais vous l'aurez compris, dans ma famille normando-bretonne, on préfère se taper la tête contre un rocher plutôt que d'admettre qu'on a tort. Emportée par mes convictions, ma jeunesse et ma fougue, j'ai persévéré, mettant de côté ces alarmes douloureuses qui ne rentraient pas dans mon plan d'action.

Est-ce que ma définition personnelle du chaos ressemble à celle d'Anthony, de Caroline ou de tous mes autres consultants ? Non.

Car nos anges savent exactement où se situe la source qui abreuve nos illusions et ils viennent la tarir pour créer une nouvelle soif ; une soif de vivre pour nous. Ma définition personnelle du chaos me fait encore trembler en posant ces mots : c'est un sac plastique contenant une paire de chaussures. Celles de ma mère, que nous avons dû reconnaître, mon père et moi, pour identifier son corps auprès des forces de police. Je m'entends encore répéter, à qui voulait l'entendre, que lorsqu'on part de l'autre côté du voile, on n'emporte ni trésor, ni richesse, pas même sa paire de chaussures… Toutes ces années passées à vouloir réparer inconsciemment les rêves maternels avortés par une enfance brisée ! Je me retrouvais là, avec mes diplômes et mes connaissances, face au vide abyssal que laisse la mort physique.

Je peux vous assurer que, désormais, je ne laisse plus mon caractère impétueux prendre le pas sur mes observations minutieuses du monde et des signes que m'envoient mes anges. Autrefois, malgré les obstacles évidents, j'aurais dit « j'y vais tout de même ! ». Aujourd'hui, j'écoute et je tente de comprendre le message précieux qui m'est adressé. Il ne s'agit pas de faiblesse, mais de sagesse. Une première salve de signes dans notre vie, c'est une douce caresse de la part de notre ange gardien qui nous prévient et nous demande de réfléchir. La deuxième, c'est une petite tape vexante ; une troisième, une gifle cinglante. La dernière peut tout bouleverser et nous renverser.

Quel est le signe d'alerte qui vous fera marquer l'arrêt entre un mal de dos, un ulcère, un burn-out, puis un cancer ? À quel moment déciderez-vous enfin de vous arrêter et de prendre soin de vous en envisageant que vous faites fausse route ? Après des années d'exercice médiumnique et d'observation de mes congénères, mon bilan demeure le même : l'être humain n'envisage pas naturellement

son avenir terrestre sans l'intervention de la souffrance et du chaos pour venir ponctuer douloureusement son existence. L'expérience des anciens est-elle source de prévention pour les générations actuelles ? Les schémas de guerre, de violence et de destruction s'endiguent-ils au fur et à mesure du temps ? Répondre à cette question semble inutile. Il en est de même sur nos chemins personnels.

Le travail de nos guides consiste à guetter ces fameux « entre-deux » dans nos vies, ces béances déstabilisantes, afin de se manifester en espérant que nous serons enfin à leur écoute, et par là même à l'écoute de notre cœur. Pourquoi précisément à ce moment-là ? Parce que nous sommes semblables à des animaux traqués ; l'ego n'existe d'ailleurs pas dans le monde animal ! Nous devons redevenir attentifs aux moindres signes qui nous entourent et faire appel à nos sens primaires pour appréhender au mieux le danger. Cet état de dénuement émotionnel et d'attention sensorielle nous conduit à un formidable savoir : celui du développement de notre intuition. Si recevoir des signes de l'Au-delà revient à recevoir une information céleste sur nos choix de vie et sur le déroulement des événements à venir, leur observation répétée et attentive nous aide à avancer sans eux. Combien d'entre nous, dans des moments dramatiques, voire désespérés, comme des accidents, des prises d'otage, des naufrages ou des incendies, ont réagi comme des héros, adoptant de façon quasi automatique les gestes adéquates en anticipant la suite des événements ? Ils sont souvent incapables d'expliquer où ils ont puisé la force et le courage d'agir, et expliquent avoir été commandés par leur instinct. Recevoir un signe, c'est pouvoir anticiper l'avenir, tandis que faire preuve d'intuition, c'est déjà agir sur ce dernier.

Intervenir au cœur de nos failles personnelles est donc, pour nos guides, le moment opportun parce que nous sommes alors démunis.

Aurions-nous pris le temps d'observer les signes disséminés sur notre route si nous n'avions pas été arrêtés brutalement dans notre course folle ? Comme je le précise souvent à mes consultants, la meilleure disposition pour être dépositaire d'un signe de l'Au-delà, c'est être à leur écoute sans être focalisé sur ces derniers : un exercice savant, me direz-vous ! N'attendons pas les moments d'arrêt pour devenir des observateurs de nos vies et du sens que nous leur avons donné. Je préfère vous savoir assis sur un banc à vous enivrer du mouvement de la foule grouillante, ou en retrait de votre routine et de vos décors journaliers le temps d'un voyage pour une pause salvatrice, que cloué au lit la jambe dans le plâtre ou le dos bloqué, ou démuni par la vie qui vous arrache ce que vous avez de plus cher.

Nous ne les percevons pas, mais nos anges tutélaires veillent sur nous à chaque instant. Et ils ne nous servent pas qu'à trouver des places pour se garer dans des quartiers bondés ! Ils sont représentés, depuis toujours, dans les récits mythologiques, les contes et les dessins animés. L'ange gardien est incarné sous les traits du génie qui intervient au moment le plus inattendu du récit. Nous avons tous croisé, de manière symbolique, le fameux génie de la lampe d'Aladin, qui nous propose de réaliser trois vœux et de changer le cours de notre existence. Ce personnage facétieux peut se transformer et se métamorphoser à volonté afin de revêtir toutes les apparences nécessaires. Doté de pouvoirs cosmiques phénoménaux, il est lié par les « trois lois des génies » : il ne peut tuer qui que ce soit, il ne peut pas rendre les gens amoureux et ne peut pas ressusciter les morts… Quelle belle allégorie de la mission angélique et de ses limites ! Le rôle du génie est d'intervenir au

carrefour de nos vies et d'observer quelle direction nous allons prendre. Il peut être Hermès, le dieu des voyageurs, ou encore le Sphinx qui vous bloque le passage et vous demande de résoudre une énigme. Le génie, c'est finalement celui qui vient remettre du jeu dans notre existence, c'est-à-dire la dose de hasard, de chaos nécessaire pour nous remettre en mouvement.

J'entends autant d'enfants que d'adultes dire qu'ils rêveraient de frotter la lampe du génie d'Aladin pour choisir trois vœux. Je vous rappelle que le propre de cette histoire réside dans le fait de souligner que le génie peut apparaître auprès d'un jeune homme simple, un quidam au grand cœur. Les trois vœux ne sont que la représentation symbolique du « sais-tu ce que tu veux vraiment ? », question à laquelle nous ne sommes jamais capables de répondre véritablement.

La richesse absolue constituerait-elle votre source de bonheur ? Ou la jeunesse éternelle, peut-être ? Intervenir auprès de la vie d'autrui vous donnerait-il davantage d'ascendant ? Émettre trois souhaits, c'est poser des intentions lourdes de conséquences dans notre existence et naviguer sur de nouvelles rives. Il existe toujours un génie, un imprévu, un empêcheur de tourner en rond dans notre vie terrestre. Remercions-les de nous permettre cette rencontre avec le Merveilleux, c'est-à-dire cette magie qui éclaire une situation. Combien de princesses de contes de fées ont été endormies durant des siècles, ont croisé la route de sorcières qui les ont empoisonnées avec des filtres maléfiques ? Combien d'entre elles ont été enfermées dans des donjons obscurs ou placées dans des familles maltraitantes ? Blanche Neige, La Belle au Bois Dormant, Cendrillon ou Raiponce ont traversé des épreuves dans un seul

dessein : celui d'être enfin disponibles au grand amour, à la plus belle des rencontres : leur destin.

Les clefs du libre arbitre sont dans nos poches

« *L'important n'est pas ce qu'on fait de nous, mais ce que nous faisons*
Nous-mêmes de ce qu'on a fait de nous[5]*.* »

Chaque jour, dans mon cabinet, je suis un peu ce fameux génie d'Aladin, l'éclaireur de chemin sur la route de mes consultants, qui me croient parfois dotée de fabuleux pouvoirs magiques pour résoudre les problèmes qui jalonnent leur route. Tandis que la séance médiumnique se déroule et qu'ils me posent tout un tas de questions quant à leur avenir, ils se rapprochent de moi en chuchotant ces mots : « Dites, vous pouvez bien me le dire, à moi, qui de ces deux hommes je vais choisir ! » Peut-être se figurent-ils que je vais sortir un vieux grimoire poussiéreux du tiroir de mon bureau et que nous allons jeter un sort à ces malheureux… Je voudrais rappeler à tous ceux qui entament une démarche médiumnique que je n'élève pas de crapauds dans ma baignoire et que je ne lustre pas chaque matin la lampe d'Aladin !

Avec le temps et après de multiples tentatives de discours plus ou moins persuasifs, j'ai compris que les images parlent davantage que les mots. C'est pourquoi j'ai toujours avec moi un jeu de clefs que je pose sur la table et fais glisser jusqu'aux doigts de mes consultants en leur disant exactement ceci : « Je vais vous expliquer pourquoi les voyantes, les médiums, ne sont pas habiles à borner avec exactitude la période temporelle des événements à venir. Tout

simplement parce que, lorsque nous nous incarnons, nous avons déterminé, au préalable, le grand scénario de la vie que nous allions mener. Nous avons réglé les épreuves nécessaires, la mission qui nous incombe et les défis que nous aurons à relever. Comme un projet ambitieux que l'on poserait sur le papier en se disant "pourquoi pas ?". Si les grandes étapes sont tracées, le temps que vous prendrez à intégrer chacune d'entre elles vous revient. Il peut être aisé de déterminer l'accomplissement d'événements matériels et concrets, comme l'achat d'un bien immobilier, un licenciement, un accroissement de vos richesses, mais sachez que, plus vos choix solliciteront votre cœur et ses inclinations émotionnelles ou affectives, plus les clefs décisionnelles vous reviendront. »

Vous êtes nombreux à me dire : « Me voilà mariée depuis de nombreuses années et je sais bien au fond de moi que l'amour est mort entre nous. Toutefois, je ne me sens pas encore prête/prêt à quitter mon époux/épouse, par peur de me retrouver en insécurité financière et sociale, et pour la famille que nous avons créée ensemble. Pensez-vous tout de même que je vais faire une rencontre qui me permettra de sortir de là ? » Sachez que jamais personne ne vient nous libérer des choix que nous avons posés quelque part au fond de nous.

Non seulement nous devenons nos propres gardiens du temps, puisque ce dernier est, je le rappelle, une notion propre à la vie terrestre qui n'existe pas de l'autre côté du voile, mais nous donnons notre aval pour tout changement que nous allons entamer. Ne pensez pas que j'attribue une teinte négative au fait de laisser du temps à la réalisation des grands chapitres de notre vie. Pour accompagner depuis des années des hommes et des femmes dans le deuil, je sais que le temps constitue le plus précieux des

pansements sur les plaies béantes que laisse la mort physique. Il donne de la profondeur aux choses, magnifie le passé et inclut tout en même temps la notion de l'espace, de la distance qu'il nous autorise à mettre vis-à-vis du chagrin. Le temps a ce talent insoupçonné de lisser les mémoires pour enlever les adhérences et les écorchures du passé. Lorsque nous évoquons des souvenirs avec nos chers disparus, nous ne retenons, quelles que soient les douleurs qu'ils nous ont fait vivre, que leurs qualités et les moments de bonheur partagés à leurs côtés. Ils sont d'ailleurs les premiers à rappeler, par le biais des messages qu'ils me transmettent, que le tableau idyllique que nous faisons d'eux est erroné.

N'oubliez donc pas que la première clef de votre trousseau terrestre est celle du temps ! Il s'agit de notre bien le plus précieux. Nous ne savons pas combien de secondes sont contenues dans notre jauge terrestre, mais nous avons ce formidable pouvoir de les dépenser comme nous le voulons. Quel que soit le temps que nous décidons d'attribuer aux événements, sachez que nous ne le perdons jamais. Le temps est l'enseignant de l'expérience, et il nous faut parfois rester plus longtemps sur les bancs de cette école. Nos guides sont présents pour nous avertir dès que nous avons atteint notre point d'accomplissement et de réalisation dans une situation. Avant le grand chaos dont ils sont les chefs d'orchestre, ils sont capables de nous dépouiller de toute nouveauté. N'avez-vous jamais vécu ce moment, au fond de vous, où résonne ardemment une envie de partir, de déménager et de changer de région, voire de pays ? Les doutes vous assaillent, la peur vous retient, mais finalement, au fond de vous, vous avez donné une sorte de top départ à vos envies. Vos guides l'ont entendu et compris. En vous laissant le temps de la maturation, ils vont faire en sorte qu'aucune attache, au sens propre du terme, ne vous retienne et relance une énergie

d’investissement quelconque : un job qui n’apporte plus de stimulation intellectuelle, des rencontres amoureuses trop volatiles et futiles, un environnement amical ou relationnel qui s’encrasse. Le temps que vous laissez s’écouler, c’est le temps qu’ils investissent à organiser votre dépouillement jusqu’à la rencontre avec vous-même, puisqu’il n’y aura plus aucun obstacle, plus aucune retenue. C’est vous qui décidez du degré d’expérience que vous souhaitez vivre.

Dès que j’ai pris conscience de mes capacités médiumniques, sans pouvoir réellement les définir comme telles car j’étais bien trop jeune, je me suis agitée comme un beau diable pour faire de la prévention active auprès de mes camarades de classe ou de pensionnat. Je devins la marieuse officielle de mon collège en encourageant certaines amours naissantes, je débusquais les contrôles surprise décidés par nos professeurs et tenais une tribune régulièrement dans le réfectoire pour éviter les disputes à venir et les drames que je pressentais. Des petites saynètes défilaient dans ma boîte crânienne et me dévoilaient les épisodes à venir dans le grand feuilleton de la vie de mes proches. Forte de ces informations précieuses, et par amour pour eux, je voulais les avertir des erreurs qu’ils allaient commettre. Je n’attendais pas forcément qu’on érige une statue à mon effigie dans la cour d’honneur, mais très certainement une forme de reconnaissance pour mes conseils salvateurs. Au lieu de cela, j’ai plutôt hérité du titre de « Madame Je-sais-tout », et à défaut de m’encenser, la plupart de mes amis ne m’écoutaient nullement et s’obstinaient davantage dans leurs choix.

Cette leçon d’humilité m’a été précieuse pour comprendre la notion de choix et de libre arbitre. J’ai pris conscience qu’une indication médiumnique agissait de la même façon qu’un signe que l’on dépose sur notre route : nous le cueillons et l’intégrons comme

un indice sémiologique précieux, ou bien nous passons notre chemin librement. Il m'arrive très souvent, dans les lieux publics, d'être la dépositaire d'informations destinées aux personnes inconnues qui m'entourent et d'en faire part aux amis qui m'accompagnent. « Anne, vite, va trouver cette personne et préviens-la du message que tu viens de recevoir ! », me disent-ils en me poussant dans le dos pour précipiter ma marche. Je leur réponds toujours la même chose : « De quel droit puis-je intervenir dans la vie d'un homme ou d'une femme qui ne me l'a pas demandé ? Comment pourraient-ils recevoir une information qui, à défaut d'agir favorablement dans leurs prises de décisions, pourrait être une bombe qui explose avec perte et fracas ? »

J'ai gardé en mémoire les contrariétés que mes annonces médiumniques créaient souvent auprès des miens ; pensant les soulager d'un doute, je leur ôtais toute possibilité de choisir avec légèreté et spontanéité. Si mes propos confortaient leurs désirs de réalisation, j'étais la plus douée des médiums ; mais si, au contraire, mes annonces étaient funestes, je devenais rapidement le corbeau qui croasse et qui effraie. Il n'est donc de signe pour celui qui ne veut le recevoir, tout comme il n'est de message pour celui qui n'est pas prêt à l'entendre. Le cadre officiel de mes consultations est donc ma meilleure tribune puisqu'elle sous-entend l'autorisation tacite de tous ceux qui viennent me voir.

Bien sûr, je ne parviens pas toujours à masquer mes réactions lors de conversations saisies en plein vol au milieu de dîners auxquels je participe. Ma fille tente aussi souvent de me soutirer des informations concernant ses copains et copines de classe ou sur de potentiels amoureux. Je pars toujours en croisade pour ceux que j'aime profondément afin de tenter de les protéger des dangers que je perçois et qu'on continue de me chuchoter à l'oreille. L'expérience

et la maturité me font admettre davantage de passer pour « une douce emmerdeuse » et j'ai surtout acquis la sagesse de comprendre que mon rôle ne consiste pas à sauver l'humanité. Je suis, au mieux, un caillou sur la route du Petit Poucet qui voudrait bien les ramasser. Comprendre tout cela me fait aspirer un peu chaque jour une bonne bouffée d'humilité bien utile pour dompter mon ego. J'ai l'impression d'être juchée sur la pointe de mes orteils à tenter de m'élever de toutes mes forces vers l'Au-delà, à tendre l'oreille, ou plutôt mon âme, pour recevoir les instructions des défunts et des guides, dont je me fais le modeste relais. Si les défunts sont les guides terrestres qui accompagnent les vivants et les entourent d'amour, les médiums sont les artisans au service de ce monde invisible parfaitement régenté.

Je souhaite à chacun d'entre nous, la tête posée sur l'oreiller au soir du Grand Sommeil et faisant une rétrospective de sa vie terrestre, de pouvoir n'éprouver aucun regret sur les choix qu'il a fait durant son existence. Médiatrice fidèle et investie entre le monde des vivants et des désincarnés, je n'ai pas souvenir et ne peux témoigner d'une seule copie d'élève (terrestre, j'entends !) qui n'aurait pas utilisé de verbe au conditionnel. Je me retrouve souvent à jouer les Cyrano et à faire des déclarations d'amour bouleversantes : « Dis-lui combien je l'ai aimée ! Je me suis laissé emporter par les affres des affaires et du travail et je l'ai négligée » ou encore « C'était l'amour de ma vie, mais j'ai écouté ma famille qui me promettait une vie heureuse avec un homme d'un rang social qui correspondait au mien. Nous nous sommes retrouvés si tard ! La maladie m'a arrachée à lui… » Il m'arrive bien souvent d'être la dépositaire des pardons que les défunts n'ont jamais pu accorder de leur vivant, des aveux de cupidité, de malhonnêteté ou

d’autoritarisme de tous ceux qui, aveuglés par leur ambition, ont pris pour devise l’adage « la fin justifie les moyens ». Pour tous ceux dont la jeunesse a été un ténébreux orage, il est souvent difficile de trouver les accalmies sans les conséquences irréversibles de leur météo événementielle passée.

Aux portes du monde invisible, dépouillés de notre corps physique, de la souffrance et de l’ensemble de nos acquisitions terrestres, une seule question nous sera posée par notre ange gardien : « Comment as-tu aimé et qu’as-tu fait pour cela ? »

C’est pour que nous repartions le cœur gorgé d’amour et heureux de la façon dont nous aurons pu le propager autour de nous qu’ils veillent inlassablement à ce que nous ne tombions pas dans les écueils de nos entêtements ou de nos désirs futiles. Nous reverrons alors, une fois passés de l’autre côté du voile, sur une grande tablette qui me semble d’une modernité folle dans mes visions médiumniques, la vie que nous avons menée et les choix que nous avons faits. L’ensemble de ces choix, nous les verrons à la lumière de la vérité : ceux que nous avons condamnés à tort, ceux à qui nous avons accordé notre amour alors qu’ils nous dupaient, les voies que nous avons suivies et leurs conséquences sur tous ceux qui nous entourent, les entraînant parfois dans des destinées funestes. Nous aurons accès au grand champ des possibles, c’est-à-dire que nous verrons tous les scenarii s’animer en fonction des options de vie que nous aurions pu prendre. Effrayant et abyssal, sans doute. Mais nous avons tendance à écarter si vite et facilement les solutions tangibles pour nous que nous réduisons notre champ de vision trop rapidement. Nos anges sont là pour nous rappeler le sens de notre mission terrestre, sans jugement ni condamnation. Avec tout l’amour dont ils sont pourvus, ils sont là pour nous montrer

à quel point nos ressources sont infinies pour celui qui sait en disposer.

J'ai eu la chance de rencontrer un grand homme spirituel, qui fut un médium de renom en son temps dans les plus grandes salles spirites parisiennes. Il m'a ouvert la voie sur le monde invisible et m'a encouragée dans cette mission atypique et insolente au regard de la société cartésienne et frileuse dans laquelle nous vivons. À la fois poète, sorcier et maladroit, il savait garder les secrets que l'humanité lui confiait à travers ses consultations et se balader dans la rue avec des chemises cartonnées estampillées « D.G.S.E - Top secret ». Il pouvait vous faire hurler de rire et vous glacer d'effroi dans la même minute. J'ai travaillé chaque jour à ses côtés à l'ouverture de mes facultés médiumniques pendant une année et je comptais sur lui pour qu'il m'aide à effectuer le grand saut dans le vide que je m'apprêtais à faire en changeant de vie.

– Michel, vous vous rendez compte, je dois quitter mon poste d'enseignante sans aucune sécurité d'avenir pour devenir médium ! Autant dire saltimbanque ! Ma petite fille n'a que quelques mois… C'est de la folie, n'est-ce pas ?, lui disais-je en espérant secrètement qu'il allait abonder en mon sens. Je n'ai jamais oublié sa réponse :

« Ma petite, sache qu'il n'y a aucune épreuve à laquelle nous sommes confrontés que nous ne soyons capables de dépasser. Tu as élaboré, en compagnie de tes guides, les futures épreuves auxquelles tu seras confrontée. Aussi difficiles et injustes puissent-elles te sembler, elles prennent toujours en compte tes expériences passées, tes forces ainsi que tes faiblesses. Sais-tu pourquoi ? Parce que ces plans de vie sont établis pour que tu fasses l'expérience de ce que tu n'es pas, avant de te rappeler qui tu es vraiment. Un ennemi sera ton ami pour partir à ta propre découverte.

Hélas, parfois, l'âme s'épuise en chemin. Elle pense courir un sprint alors qu'elle se lance dans un marathon haletant ; elle oublie de se reposer et perd toute son énergie dans ses colères et ses obstinations. Ton rôle consistera à tenter de les sortir de leurs traumatismes. Alors, arrête de chouiner ! »

Je n'ai pas eu l'occasion de chouiner davantage, à mon grand désarroi. Michel est parti un petit matin de décembre, d'un cancer fulgurant, à la veille de ses soixante-seize automnes. Il m'avait passé un dernier coup de fil sur le perron de l'hôpital qu'il savait être sa dernière demeure en concluant notre échange par « Je te retrouve tout à l'heure. » C'était tout à fait juste, puisque j'ai senti des effluves de son parfum préféré, le fameux Habit Rouge de Guerlain, quelques heures après son départ.

Ses mots résonnent en moi chaque fois que je dois accompagner des familles endeuillées et que je pense trouver les mots pour les apaiser. Guérir de ses traumas et atteindre la résilience, telles sont les dernières étapes du deuil. Elles sont fondamentales pour que nous puissions reprendre notre paquetage terrestre et que nous avancions de nouveau, forts de l'épreuve que nous venons de traverser. La mort demeure un sujet tabou, de même que partager ses souffrances encombre la plupart du temps nos interlocuteurs qui sont démunis de réponses.

La douleur dérange. La mort isole. La présence des personnes endeuillées vient contaminer les humeurs légères et nous remémore que la mort est un oiseau de malheur qui peut s'abattre à tout moment sur les familles. Elle est l'épreuve ultime à laquelle nous sommes confrontés et qui nous place devant cette fondamentale notion de libre arbitre. Allons-nous nous écrouler avec nos morts et vivre à leurs côtés, comme des fantômes dans des cimetières à ciel

ouvert, ou allons-nous nous dépasser et faire de cette épreuve un levier de transcendance ? J'ai vu des hommes et des femmes sombrer dans la haine et la douleur. J'en ai vu d'autres se transformer totalement et brandir de nouveaux étendards d'espoir par le biais d'associations qu'ils ont créées afin de tendre la main à tous ceux qui n'ont plus la force de se relever.

Faire du chaos une formidable leçon de vie, telle est la terrible histoire de Corinne et de Christophe. Ils font partie de ces héros anonymes qui n'ont pas été encensés pour avoir accompli les douze travaux d'Hercule ou conquis la Toison d'Or ; leur nom a été au mieux cité dans un entrefilet dans la presse locale, perdu dans la rubrique fourre-tout appelée « faits divers », comme si l'on regroupait tous les événements humains qui échappent à l'ordre et à la logique.

Je suis la modeste dépositaire de leur tragédie, qui s'est jouée en un seul acte, un soir d'automne 2005 à quelques kilomètres de mon lieu de naissance, en Normandie.

Si la Normandie est souvent avare de rayons de soleil qu'elle garde jalousement pour irradier les cœurs de tous ceux qui y habitent, la journée avait été magnifique à Luneray en ce mois d'octobre. Un été indien qui encourageait les baigneurs à faire quelques brasses téméraires, et les terrasses à se déployer encore un peu pour offrir aux familles l'occasion de se réunir. C'était précisément le programme de Christophe et Corinne, invités à un repas familial non loin de chez eux. Une invitation que Matthieu, leur fils de dix-huit ans, avait déclinée, puisque sa bande d'amis l'attendait avec impatience pour une soirée improvisée non loin de chez lui. Si, ce jour-là, une note d'intention avait été déposée sur la grande table du Destin, ce dernier s'était empressé de la lire et avait

soufflé à l'oreille d'une des amies de Matthieu qu'elle serait finalement l'organisatrice de cette petite réunion entre amis. Matthieu, qui ne conduisait pas, ne reçut pas ce changement de dernière minute comme une bonne nouvelle, puisqu'il se retrouva sans moyen de locomotion pour s'y rendre. Ne souhaitant déranger personne, il décida donc d'enfourcher le vélo de son père et de longer la départementale qui le séparait d'une poignée de kilomètres du domicile de sa copine. Alors que Matthieu avait avalé les deux tiers du trajet avec la légèreté de ses dix-huit ans, il fut soudain percuté par l'arrière par un véhicule qui fonça sur lui et le propulsa sur le bas-côté de la route.

Le chauffard au volant de la voiture meurtrière, c'est Franck D., un homme d'une trentaine d'années, marié davantage à la bouteille qu'à son épouse. Un soir en état d'ébriété avancé est un soir comme tous les autres, pour cet homme. Seulement, ce soir d'octobre 2005, c'est un jeune adulte qu'il laisse agoniser sur la route, tandis que les vapeurs d'alcool l'encouragent à fuir une fois de plus les responsabilités d'une vie qu'il s'attelle à détruire chaque jour davantage. Il remonte dans sa voiture, dont un pneu a crevé par la violence de l'accident, pour rejoindre sa compagne, elle aussi attablée à un repas familial.

« J'ai butté quelqu'un ! » sont les seuls mots qu'il parvient à balbutier à son épouse, faisant basculer dans l'horreur le peu d'humanité qui restait dans le fond de son verre.

Son épouse prend alors le volant et conduit jusqu'au lieu de l'accident, accompagné de Franck avachi sur le siège passager. Effarée par la vue de ce corps juvénile qui gît sur le bas-côté de la route, elle se décide enfin à appeler les secours, tout en peaufinant son discours. Mentir. Minimiser. Manipuler. Sans penser à Matthieu,

qui rend son dernier souffle malgré les efforts des pompiers, impuissants. L'épouse de Franck prétend alors avoir été au volant du véhicule et n'avoir pas pu distinguer la silhouette du jeune homme qui roulait sans lumière. Un banal et triste accident, en somme.

Aucun mot ne suffirait à décrire la douleur et le chagrin qui ont envahi Corinne et Christophe à la funeste annonce du départ de leur unique fils. Il n'est pas d'épreuve terrestre plus cruelle que la perte d'un enfant, car elle scarifie à jamais les âmes et laisse une place béante dans les cœurs qui ne battent plus au rythme de la vie terrestre, mais à celui de la colère qui martèle leurs tempes. Christophe est chauffeur de bus scolaire depuis de nombreuses années, apprécié par tous ses collègues pour la bonne humeur qu'il répand quotidiennement autour de lui ; c'est désormais un homme brisé et dévasté, d'éducation catholique mais qui n'avait pas, jusqu'à présent, inclus le mot « spiritualité » dans son quotidien. Les mots qu'il va entendre distinctement, ce matin-là, à l'intérieur de lui, il ne pourra pas les partager. On pourrait dire qu'il est fou, ou ravagé par la dépression, dans une envie irrépressible de chercher des coupables au drame auquel il est confronté.

« Papa, tout ceci n'est pas de ma faute ! » sont les mots de Matthieu. Christophe y entend de la détresse qui se mêle au timbre inimitable de son fils. Il sait immédiatement qu'il n'a rien inventé et, seul dans sa chambre, s'écrie en levant le regard vers le plafond : « Alors aide-moi à découvrir la vérité, je t'en supplie ! » Christophe sait désormais qu'il ne sera pas seul dans sa quête de faire la lumière sur cette sombre affaire. Réanimé par une nouvelle énergie, c'est précisément par la lumière qu'il va commencer.

Matthieu s'est servi de son vélo pour faire la route, et il sait bien que ce dernier était équipé d'une lampe en parfait état de marche. Il décide alors de se rendre sur le lieu de l'accident et de fouiller les

alentours, bien que les policiers l'aient déjà fait sans succès. Avec deux de ses collaboratrices qui ne souhaitaient pas le laisser seul en pareil endroit, ils ratissent à leur tour les broussailles. En vain. C'est alors qu'une voiture s'arrête à son tour. Encore des curieux, se dit Christophe agacé par l'idée d'être retardé dans sa quête de vérité. Il s'agit d'un couple de voisins que Christophe connaît bien ; malgré tout, le nez rivé sur le sol, il préfère laisser l'une de ses collègues s'approcher d'eux afin de la laisser entamer un dialogue qu'il estime être une perte de temps. La voiture s'est garée en amont du lieu de l'accident, obligeant la jeune femme à effectuer plusieurs mètres. Elle sent alors son talon s'enfoncer dans le sol et se coincer, et découvre avec stupeur que ce dernier s'est planté dans la lampe tant recherchée. Une preuve matérielle qui permettra de relancer les investigations et les auditions du couple qui s'obstine dans sa première version des faits.

Plus tard, les anges se sont sans doute inspirés du célèbre adage « la vérité sort de la bouche des enfants » pour transmettre leur aide précieuse à Christophe et à Matthieu. C'est en effet dans une cour de maternelle que la vérité tant attendue a jailli. Matthieu était apprenti chauffagiste dans la petite société familiale de Monsieur B., père d'une magnifique petite tête blonde, qui se trouvait être dans la même classe de grande section que la nièce de Franck D. Si, pendant la récréation, les enfants échangent davantage des gâteaux et des jouets, ce sont des invectives qui fusent à ce moment-là :

– Toi t'es plus ma copine ! Ta tata a tué Matthieu qui travaillait avec mon papa ! Moi, je l'aimais bien Matthieu !, lance la gamine.

– Tu dis n'importe quoi ! C'est pas ma tata qui l'a tué, c'est mon tonton qui était encore bourré. Je l'ai entendu, mais chut !, rétorque l'autre.

Il fallut trois bonnes semaines pour obtenir enfin les aveux de Franck D. Grâce à de nouveaux témoignages, il ne lui fut plus possible de nier l'évidence.

J'aurais pu terminer ce récit en vous disant que la justice divine a prêté main-forte à la justice des hommes. Non seulement cette tragique histoire ne trouve pas là son épilogue, mais ce serait sans compter que l'âme a la capacité de transcender les épreuves auxquelles elle s'expose grâce au libre arbitre.

Comme vous le savez sans doute, il s'écoule un temps certain entre le moment où un gardé à vue est reconnu coupable des faits qui lui sont reprochés et le moment où son procès se déroule. Franck D. est donc resté libre dans l'attente de ce dernier. Peut-être ai-je oublié de vous préciser sa profession : il est éboueur. Ainsi, chaque matin où Christophe partait pour se rendre à l'entrepôt de bus scolaire, il tombait nez à nez avec l'assassin de son fils, en train de ramasser les ordures pourtant à une vingtaine de kilomètres de chez lui, juste sous les fenêtres de Christophe et Corinne. Le hasard a sans doute voulu également que leurs véhicules se croisent inlassablement dans leurs tournées respectives. Combien de fois Christophe a-t-il pensé à percuter cet homme, ivre du matin au soir, suspendu à l'arrière de son camion poubelle…

Chaque jour, les passagers du bus, qui connaissaient l'histoire terrible du décès de Matthieu, lui glissaient au creux de l'oreille : « Moi, à votre place, je le butterais, ce salaud ! Il ne mérite pas de vivre. » Lorsque Christophe et Corinne allaient fleurir la tombe de leur fils, le rituel des badauds était le même : « La justice ne fera pas son travail, vengez-vous ! » Dans les petites villes, tout se sait et tout se répète. S'il fallait une illustration du fameux choix cornélien, celui de Christophe en serait le plus juste. Il a élaboré tous les plans

possibles pour le tuer sans laisser de trace, ou au contraire avec perte et fracas. La vie ne tient souvent qu'à un fil, et dans cette histoire bouleversante, elle tiendra plus précisément à un cordon ombilical. Celui que Christophe coupera à la naissance de sa petite-fille que sa fille Eva mettra au monde. Un enfant contre un autre.

Il faudra attendre de nombreux mois avant que ne se tienne le procès de Franck D., qui comparaît donc libre. La liberté, Christophe et Corinne en ignorent désormais la définition, puisque leur sentence à eux a déjà été prononcée le 15 octobre 2005 : perpétuité, assortie d'une peine de sûreté incompressible, qui correspond au calendrier terrestre qui les sépare des retrouvailles avec leur fils dans l'Au-delà.

Ce jour-là, une horde de policiers forme un cordon de sécurité impressionnant au premier rang du tribunal.

– C'est bon signe, s'écrie l'avocat des parents de Matthieu d'un ton rassurant. Ils sont là pour l'accompagner à la maison d'arrêt à la fin de l'audience, les dés sont jetés, il va prendre le maximum…

Franck D. fut condamné à dix-huit mois de prison ferme, sans mandat de dépôt, bien qu'il était récidiviste de la conduite en état d'ébriété. Il put donc le soir même rentrer chez lui dans l'attente de sa notification d'incarcération.

Christophe, sous le choc, apprit de la bouche même des policiers que leur présence n'était pas due à ce chauffard inconséquent, mais bien à lui, car ces derniers étaient persuadés qu'il tenterait un geste malheureux au beau milieu du tribunal.

Le grand test de Christophe durera quatre mois encore, puisqu'il croisa à nouveau l'assassin de son fils dans les rues de la ville et l'avocat de ce dernier sur le banc du jardin où il accompagnait ses petits-enfants. C'est, je crois, Victor Hugo qui écrivait que la vérité est comme le soleil. Elle fait tout voir et ne se laisse pas regarder. Cet insolent soleil d'octobre, Christophe ne l'oubliera jamais. À force

de dompter ses envies de violence, il sombra dans une terrible dépression, torturé par la sensation que la mort de son fils ne sera jamais vengée. Un petit matin, devant son bol de café, il prit la décision irrévocable de se venger du soûlard qui le narguait toujours ; il fallait « le tuer et l'effacer de sa vue ». Mais il se laissa happer par les mots d'un animateur radio, dont la voix s'échappait du petit poste qu'il mettait en marche comme une habitude pour remplir le vide de sa maison désormais trop silencieuse. L'homme vantait les mérites de la course à pied, excellent remède thérapeutique.

Bien qu'il ne pratiquât aucun sport, Christophe se dit qu'un petit tour de pâté de maison pourrait peut-être calmer les déchirures perpétuelles de son esprit occupé à écouter le petit diable et l'ange qui se disputaient l'avenir qu'ils allaient donner à son existence. Il revint fourbu et courbaturé, mais libéré ; son neveu, ravi de cette initiative, s'improvisa alors coach et l'encouragea à persévérer dans cette voie. Du pâté de maison, il boucla son premier kilomètre, puis cinq, puis dix, jusqu'à courir son premier marathon.

Lors du marathon de Deauville, il sentit ses forces l'abandonner, à sept kilomètres de la fin.

– Anne, je sais aujourd'hui ce que le dépassement de soi veut dire, m'expliqua plus tard Christophe durant nos échanges. Mais lorsque nous sommes sur le bon chemin, il existe toujours un ange pour nous guider et nous encourager.

C'est précisément ce qu'un des coureurs fit, en stoppant sa propre course et en terminant en marchant, aux côtés de Christophe, tout en lui parlant et en l'encourageant.

Christophe a créé un « collectif justice pour les victimes de la route » afin d'insuffler son énergie aux familles qui traversent un

drame similaire au sien. Il sait que Matthieu l'accompagne et le guide dans chacun de ses nouveaux défis ; le dernier en date est à la hauteur de la grandeur de son âme : courir le marathon de New York et porter fièrement les couleurs de son association Courir pour Matthieu.

C'est en effet un terrible et éprouvant marathon qui attendait Christophe et Corinne après le départ de leur fils. Leur couple n'y résista pas. Les chemins de deuil sont remplis d'impasses et de culs-de-sac qui égarent même ceux qui s'aiment. Ils font toutefois cause commune avec engagement et passion dans la voie associative qu'ils ont choisie. Faire corps avec l'épreuve et se transcender plutôt que déployer de la haine, tel a été leur choix.

Franck D. a effectué dix mois de prison sur les dix-huit auxquels il avait été condamné. Il a repris sa vie d'errance et d'excès. Jusqu'à ce mois de février 2020, où il s'est écroulé et a succombé des suites d'une sévère cirrhose, à quarante-quatre ans à peine. Ce même mois de février, Christophe connut la joie de devenir grand-père à nouveau et d'accueillir son petit-fils. Une vie contre une autre.

Lorsque nous échangeons et que je propose à Christophe de me faire le scribe de l'histoire de Matthieu, que je « connais bien » pour avoir déjà été la messagère de ses petits mots depuis l'Au-delà, il éprouve le besoin de me faire cet aveu, bouleversant de sincérité :

– Anne, tu sais, je dois tout de même te dire que, lorsque je vais à l'église, je n'arrive pas à réciter tous les couplets du « Notre Père ». Particulièrement celui-ci : « Pardonne-nous nos offenses, comme nous aussi nous pardonnons à ceux qui nous ont offensés. » Je ne pourrai jamais pardonner à cet homme de m'avoir arraché à mon fils.

– Christophe, je n'ai reçu aucune éducation religieuse, mais si je ne m'abuse, il s'agit de…, lui répondis-je en tremblant.

– Il s’agit bien de l’Évangile selon Matthieu 6.12.
Les voies du Seigneur sont impénétrables…

Dans chaque situation, le choix nous revient toujours, quand bien même pléthore de signes bordent notre chemin afin de nous guider vers la meilleure voie pour l’élévation de l’âme.

Si j’ai mis en exergue le choix téméraire et salutaire de Christophe pour faire du décès de son fils un tremplin de maturité et d’altruisme, je n’ai pas abordé, dans cette histoire tragique, tous les choix qui ont été faits face à l’horreur. Le second, c’est celui de l’épouse de Franck, qui a choisi pour compagnon un homme prisonnier de ses excès et sans doute de ses chagrins. Elle a également choisi le mensonge et la dissimulation, s’offrant par là même une vie de femme soumise, alors que cette soirée d’octobre aurait pu lui permettre de s’émanciper de la domination d’un homme qu’elle craignait sûrement depuis toujours. L’ultime choix, c’est bien sûr celui de Franck D. après avoir percuté une réalité glaçante, celle de sa dangerosité et de sa perte totale de contrôle sur la boisson et sur son existence. Il a été arrêté, au sens propre du terme, afin de réfléchir à sa condition de prisonnier. Malgré sa captivité, il a fait le choix de repartir dans les méandres de l’alcool.

*

Il m’est arrivé à plusieurs reprises, que ce soit par le biais de rêves ou de canalisations médiumniques, de percevoir très nettement une grande tablée remplie par des guides, à l’apparence humaine et plutôt austère, qui chuchotaient entre eux. Alors que je saisissais la solennité du moment, je ne parvenais pas à comprendre exactement leurs propos. Si je devais choisir une comparaison quelque peu

triviale, je dirais qu'il ressemblait à un conseil de classe lors de mes années d'enseignement, à cela près que nos débats étaient parfois bien plus animés. Je compris que le rapprochement que je venais de faire avec un événement terrestre n'était pas complètement dénué de sens : un conseil des guides se tenait véritablement.

Je sais que, selon les choix que nous faisons face aux épreuves, nos guides se réunissent afin d'ajuster notre ligne de vie terrestre. Je vais faire bondir encore une fois les partisans du « tout est écrit dans les moindres détails », mais je pense que nous bénéficions d'une marge temporelle qui dépend de la façon d'utiliser notre crédit terrestre. Pour Franck D., malgré une impressionnante secousse chaotique qui aurait pu l'ébranler au point d'entamer un travail de guérison et de pardon, à lui-même tout d'abord, à Matthieu ensuite, il reprit la route du déni. On ne meurt pas d'alcoolisme à quarante-quatre ans, même si vous me mettez sous le nez des résultats de radiographies et de scanner affligeants : on meurt d'avoir épuisé le champ des possibles proposés par nos guides. On meurt d'avoir sans cesse balayé d'un revers de la main tous les signes qui clignotaient comme des alertes de danger imminent. Matthieu était le chaos sur le chemin d'un homme en errance. Vous m'objecterez que Matthieu, pour sa part, n'a rien choisi. Vous vous trompez. Il a accepté cette mission remplie d'abnégation d'être l'objecteur de conscience d'au moins une famille entière, la sienne, en la menant sur le chemin de la compassion et de l'altruisme, et d'une seconde famille, dominée par les addictions d'un seul homme. Je ne sais pas de quelle dose d'amour il faut être pourvu pour accepter une vie terrestre entièrement dédiée à l'enseignement des autres, mais je sais en tant que maman que j'accepterais sans sourciller de me jeter dans le vide s'il s'agissait de sauver la vie de ma fille. En d'autres temps, on appellerait ces hommes ou ces femmes des prophètes.

Croyez-moi, il y a sur cette Terre bien plus de messies que nous le pensons ! À tous ceux qui attendent impatiemment leur retour, ouvrez grand les yeux : ils se cachent dans la foule d'anonymes, mais ils sont déjà à l'œuvre. C'est en puisant dans cet amour pur et inconditionnel que je m'abreuve de l'amour originel duquel proviennent toutes les âmes et qui les anime dans leur mission.

À l'inverse, combien de fois m'est-il arrivé, lors de séances médiumniques, de me pencher sur les photos de proches confiées par mes consultants afin que je puisse en dresser le portrait, et de demeurer interloquée. Je perçois les problèmes graves de santé qui les accablent et qui auraient dû les mener aux portes de la mort. J'énumère alors avec la diplomatie qui caractérise la Balance que je suis les risques que je distingue inexorablement pour ces hommes ou ces femmes.

– Vous avez raison, même les médecins n'ont pas d'explication rationnelle pour expliquer la longévité de mon père !, admit un jour l'un de mes fidèles consultants.

Ce « sursis terrestre » n'a d'autre vertu que de permettre à tous ceux qui sont maintenus dans cet état d'entre-deux de mener à bien une mission dans laquelle ils ont sans doute jusqu'alors échoué : accorder son pardon, révéler une vérité brûlante, avouer enfin ses sentiments ou reconnaître ses torts sont autant de motifs qui font que nos guides nous permettent, après une âpre concertation lors d'un grand conseil, d'accorder un sursis à ceux pour qui l'heure du départ terrestre avait sonné.

J'ai une pensée émue pour tous ceux qui observent, depuis un lit d'hôpital ou d'une maison de retraite, la vie terrestre qui continue de s'agiter autour d'eux sans qu'ils ne comprennent pourquoi ils sont soumis à l'attente douloureuse du grand départ. La mort ne condamne pas seulement notre corps physique, elle arrête

définitivement les scores de la partie terrestre que nous venons de jouer. Il ne subsiste pas une seule minute qui ne nous soit accordée dans un but précis : alors tentons de les utiliser toutes à bon escient ! Ma mère disait, à chaque fois qu'elle lisait la rubrique nécrologique du journal local qui rapportait le décès de personnes dans la fleur de l'âge, d'un ton convaincu : « De toute façon, il n'y a que les bons qui partent ! » Après des années consacrées à la spiritualité, je rectifierais cette expression en disant : « Voilà tous ceux qui, dans leur sagesse et leur maturité, ont terminé leur mission terrestre ; pour les autres, le chemin leur fut trop rude pour dépasser leurs souffrances et ils se sont retirés du monde terrestre sans avoir pu s'aimer suffisamment pour rester davantage. »

Ces mots, ma mère aurait pu, finalement, les écrire tout autant que moi. Tout d'abord parce qu'à travers sa douloureuse histoire de vie et son départ volontaire, elle m'a appris à ne jamais porter de jugement sur les choix que les hommes font. Peu de temps avant sa mort, elle a griffonné, dans le cahier de pensées qu'elle tenait, ces mots que je n'oublierai jamais : « Combien la vie au quotidien suppose d'héroïsme : hélas, je n'ai pas la vocation d'être une héroïne. Combien de courage et de risques faut-il pour rester fidèle à soi-même ? La fidélité ne se manifeste pas toujours dans la répétition de l'identique ou du semblable, symptôme après symptôme, mots après maux, mais dans le sens profond que nous décidons de donner aux choses. Je vois les signes, et le carton jaune que je viens de recevoir. Le prochain sera le carton rouge, celui de mon exclusion totale du match de ma vie. »

Il m'arrive encore d'éprouver de la colère et du désespoir en faisant ce triste constat que l'amour que nous lui avons porté n'a pas suffi à lui insuffler de nouvelles forces vitales. Mais, forte de cet amour que je lui porte, je peux vous assurer qu'à chaque fois que je

reçois mes consultants pour une séance médiumnique et que je prête une oreille attentive aux drames qu'ils ont traversés et aux choix qu'ils ont faits, la première question que je me pose est la suivante : « Et toi, qu'aurais-tu été capable de faire ? » Cette question, je vous la pose également : qui peut prétendre présumer de ses choix futurs ? Qui a la certitude de rendre une copie parfaite et se poser en donneur de leçons ? Même nos guides, qui épousent nos pas et nous envoient des signes depuis les coulisses, ne le peuvent pas.

Avez-vous déjà remarqué quel réflexe instinctif nous adoptons lorsqu'il s'agit de décrire l'univers angélique ? Nous fermons les yeux. Quoi de plus juste pour parvenir à dresser un portrait de nos anges gardiens, les représentants du monde invisible et les témoins de notre foi, indicible ? Selon les époques, les anges ont été tour à tour encensés, érigés en objets de culte, puis répudiés dans leurs sphères magiques au profit d'une vue plus scientifique et analytique prônant un libre arbitre humain total, créant une béance plus profonde encore entre deux mondes soi-disant irréconciliables. Ainsi, dans le christianisme, les anges sont-ils chargés – par leur existence même –, d'atténuer l'inaccessibilité du divin par leur rôle de médiateur dans la communication entre les hommes et Dieu. Il est normal, si ces derniers agissent comme des pères protecteurs auprès de nous, que nous ayons eu ce réflexe freudien de les tuer symboliquement au profit de Mère Gaïa, notre Terre nourricière. Les pieds bien ancrés sur le sol fécond, nous avons prôné le *cogito ergo sum* – je pense donc je suis – en refusant que les anges soient vecteurs de dévotion et de fanatisme. Il fallait, coûte que coûte, que chacune de nos actions ne soit que la somme de nos choix dans

l’instant présent, sans aucune influence ni inclinaison particulière du libre arbitre.

J’aime l’idée que notre ange gardien soit le responsable céleste de notre libre arbitre terrestre. De cette rencontre que j’ai faite avec le mien, sur un banal quai de gare, j’ai compris, en voyant sa magnificence, quelle équipe fabuleuse nous allions pouvoir composer. À moi de choisir si je voulais développer cette partie divine et magnifique qu’il symbolisait en se montrant à mes yeux obscurcis par les imperfections du monde dans lequel je vis, ou si je voulais faire cavalier seul. Dans ce pacte de foi, un seul mot, une seule pensée suffisent pour autoriser nos anges à se manifester et à interagir davantage avec nous. De la même façon que nous allons entrouvrir la porte du monde angélique, nous allons leur permettre de déposer sur notre chemin les preuves tangibles de leur présence par le biais de signes.

Je les aime infiniment ; grâce à eux, j’ai gardé mon âme d’enfant sur les événements synchronistiques incroyables qu’ils sont capables d’organiser parfaitement, et je n’ai jamais perdu ma capacité à m’émerveiller. S’émerveiller, c’est non seulement détecter la magie dans la récurrence de notre quotidien, mais c’est se préparer à pouvoir accueillir des miracles. Les anges ne nous délaissent jamais, malgré nos doutes, notre mauvaise humeur et nos entêtements ; ils attendent, avec patience et amour, le moment où ils pourront témoigner de leur présence auprès de nous qui ne savons plus les voir. Je dis souvent que voir une plume sous ses pieds, c’est comme surprendre un ange qui replie ses ailes et tente de se fondre dans notre ombre… Pour la femme de lettres que je suis, les signes angéliques sont la forme la plus élaborée de la poésie. En effet, un poème a pour fonction d’ouvrir une nouvelle forme de langage et de créer une nouvelle symbolique. J’en suis certaine, à présent : ce ne

sont pas les poètes qui ont créé les anges, mais bien les anges qui ont créé la poésie…

Notes

1. Rainer Maria RILKE, « Les anges », *Célèbre la Terre pour l'ange,* Albin Michel, 2018.

2. Michael NEWTON, *Les Journées dans l'Au-delà*, Le Jardin des livres, 2008.

3. Extrait de la chanson « Nés sous la même étoile » du groupe IAM. Album *L'école du micro d'argent*, 1997.

4. Jean-François VÉZINA, *Les Hasards nécessaires*, Les éditions de L'Homme, 2001.

5. Jean-Paul SARTRE, *Saint Genet, comédien et martyr*, Gallimard, 1952.

Chapitre 2

Comment mieux percevoir les signes qui nous entourent ?



« Et j'entendis, penché sur l'abîme des cieux,
Que l'autre abîme touche,
Me parler à l'oreille une voix dont mes yeux
Ne voyait pas la bouche :
Poète, tu fais bien ! Poète au triste front,
Tu rêves près des ondes,
Et tu tires des mers bien des choses qui sont
Sous les vagues profondes[1] *! »*

Amoureuse des mots depuis ma plus tendre enfance, la poésie est pour moi l'art ultime du langage. Les Peuls du Sénégal disent qu'elle est un ensemble de « paroles plaisantes au cœur et à l'oreille ». En Afrique, la poésie représente le plus complet de tous les arts ; c'est le langage le plus expressif qui passe par les sens pour aller jusqu'à l'âme. Mais comme tout art, elle est régie par des règles de versifications précises ainsi que des systèmes prosodiques qui sont différents selon les cultures ainsi que les époques. Savoir interpréter le message du poète derrière une figure de style, c'est précisément connaître les codes du langage poétique. Le langage sémiologique de l'Au-delà pourrait emprunter la même définition que celle de la poésie : un langage riche, qui s'appuie sur l'univers sensoriel pour atteindre notre âme. À ceci près que ce dernier sort du cadre rigide d'une feuille, d'une partition de musique ou d'une toile comme unique support de communication.

Nos messagers de l'Au-delà considèrent le monde terrestre comme un support global sur lequel ils s'appuient, de façon opportuniste, pour nous délivrer leurs messages. Vous l'aurez compris, les règles du langage du monde invisible ne peuvent être aussi bien régentées que celles de l'art poétique : tout d'abord parce que le support terrestre du monde sensible est perpétuellement mouvant et que les récepteurs que nous sommes ne sont pas toujours attentifs à ces manifestations. Ensuite parce que les messagers de l'Au-delà, qu'il s'agisse de nos guides ou de nos défunts, sont un peu comme les poètes : chacun possède son style, sa signature sémiologique qui tend à l'identifier.

Ainsi, un défunt qui, durant toute son existence terrestre, aura eu pour passion la musique, concentrera davantage son énergie, une fois de l'autre côté, pour se manifester par le biais de morceaux qu'il a aimés et qui permettront à son entourage de comprendre qu'il ne s'agit pas d'une coïncidence mais d'une réelle preuve de survivance. J'ai envie d'ajouter qu'une fois que nous aurons passé le voile et quitté notre enveloppe corporelle, nous redeviendrons une énergie pure. Comme s'il nous fallait apprivoiser un nouveau véhicule et apprendre à le piloter. C'est l'hypnothérapeute Michael Newton, dans son ouvrage *Journées dans l'Au-delà*[2], qui considère l'âme « comme une énergie lumineuse intelligente. Elle semble fonctionner comme des ondes vibratoires, similaires aux forces électromagnétiques, mais sans les limitations des particules de matière chargées. » Ce nouveau véhicule dépend donc de la « dextérité » de son pilote et de l'énergie dont il dispose pour le conduire. J'aborde assez régulièrement l'épuisement de l'âme, une fois sa mission de vie accomplie, qui a besoin de se régénérer avant de pouvoir se manifester auprès de ceux qui l'ont accompagnée sur son chemin terrestre.

J’insisterai également encore sur l’énergie extraordinaire qu’elle doit déployer pour se concentrer sur un support très limité et enfermant : c’est comme si nous tentions d’étreindre la pluie qui tombe avec pour seul outil nos bras grands ouverts ! Percevoir un signe de l’Au-delà suppose, comme pour la poésie, une attention particulière aux mots et à la sémantique, qu’il nous faut connaître, mais également une sensibilité certaine et une attention de chaque instant. Pour lire un poème et se délecter de son rythme et de la magie qui s’en dégage, nous arrêtons nos activités en cours quelques instants. Nos guides ainsi que nos défunts ont cette âpre mission d’attirer notre attention alors que nous sommes absorbés dans nos tâches quotidiennes, ou dominés par l’émotion qu’un deuil soulève. Le monde invisible doit créer un parfait alignement entre sa capacité à nous envoyer un message, les moyens qu’il va choisir, et notre disponibilité pour le réceptionner. Et je peux vous assurer que ces petits miracles se produisent, chaque jour, par millions, tout autour de nous ! Il ne s’agit pas de guetter durant des heures le passage d’une étoile filante, mais de s’apercevoir que la voûte céleste est déjà jonchée d’étoiles.

Notes

1. Victor HUGO, *Les Contemplations*, *op. cit.*

2. Michael NEWTON, *Journées dans l’Au-delà*, Le jardin des livres, 2009.

Les signes qui sollicitent notre psyché

Loin de vouloir dresser une liste exhaustive des moyens utilisés par le monde invisible pour communiquer avec nous, ce qui serait limiter les capacités illimitées de l'Univers, et donc un contresens, je vais tenter d'en présenter les principales formes de manifestations. Je sais, pour répondre fréquemment à leurs questions, à quel point il est important pour mes consultants de maîtriser quelque peu le langage sémiologique afin de se rendre davantage disponibles pour leurs proches disparus ou pour le monde angélique. Un signe réchauffe les cœurs et panse les âmes ; il est pour moi la meilleure forme de thérapie quotidienne que nous pouvons nous offrir pour remplir, l'espace d'un instant, l'absence d'une présence vibrante et puissante. Cette petite nomenclature personnelle vous aidera, je l'espère, à dissiper les doutes que la logique et le mental jettent sur la sensation de joie immédiate que crée la rencontre avec une manifestation sémiologique.

L'organisation du sommeil

« Mourir… dormir, dormir ! Rêver, peut-être !
Oui, là est l'embarras. Car quels rêves peut-il nous venir dans
ce sommeil de la mort,

quand nous sommes débarrassés de l'étreinte de cette vie[1] *? »*

Quel pari ambitieux que de vouloir aborder le monde mystérieux des rêves ! Et pourtant, cette activité cérébrale incontrôlée occupe près de dix pour cent de la vie d'un homme. Imaginez par ailleurs qu'un rêve intervient lorsque nous sommes en plein sommeil ; un homme de soixante ans, qui aura passé près de vingt années de son existence dans l'univers prodigieux du sommeil, aura ainsi rêvé près de cinq ans !

Il n'y a guère plus de vingt ans que les neurophysiologistes se sont préoccupés de l'étude scientifique des rêves, non pas par manque d'intérêt, mais parce qu'il a fallu du temps pour développer des techniques efficaces permettant de discerner un cycle veille/sommeil dans lequel s'inscrit justement le rêve.

Toutefois, si l'on arrive à borner le moment propice durant lequel nous rêvons, le contenu de ces derniers nous échappe encore totalement : comment pouvons-nous expliquer que nous sommes persuadés de courir ou de voler alors que notre corps endormi repose immobile ? Quels que soient notre âge, notre culture et nos croyances, chacun d'entre nous a été poussé, un jour, à raconter le rêve fabuleux ou cauchemardesque qui a peuplé sa nuit et dont il a été l'acteur principal. Depuis que je suis enfant, et même si l'heure du coucher était problématique car je craignais, une fois la lumière éteinte, que des entités ne se manifestent physiquement autour de moi, dormir est une fête. C'est une sorte de rendez-vous que je m'accorde avec le monde invisible, parce que mettre son corps au repos, c'est se rendre disponible à la réception de messages de l'Au-delà.

Dans nos vies en perpétuels mouvements, telles des petites fourmis travailleuses concentrées sur leurs tâches quotidiennes,

nous ne nous rendons que peu disponibles pour recevoir les messages de nos guides et défunts. Or, nous leur offrons, au moment du coucher, une tribune extraordinaire à l'intérieur de laquelle ils peuvent interagir avec nous. Je considère qu'un songe est le poème que nos défunts ainsi que nos guides nous envoient au milieu d'une production onirique parfois plus brute et dépouillée de subtilité. Connaître les fonctions essentielles du rêve, puis décomposer ses différentes phases nous permettra de saisir pourquoi je parle de véritable cadeau de l'Au-delà lorsqu'il dépose, lors de ce voyage unique, un témoignage de sa présence.

Quel parcours de patience et d'abnégation les attend encore avant que ne s'ouvre la fenêtre sur notre âme et que ne s'établisse ce contact si précieux ! Non seulement ils doivent guetter le moment propice, nous savoir dans les meilleures conditions physiologiques, mais ils savent également que le monde onirique est un vaste réceptacle qui a plusieurs fonctions essentielles pour l'être humain. Je dis souvent qu'un songe, que je distingue d'un rêve, se mérite, puisqu'il est le point d'arrivée d'un long voyage durant lequel le rêveur doit respecter le trajet et disposer de l'équipement idéal pour cheminer au mieux. D'aucuns me demanderont alors pourquoi j'ai choisi le mot « songe » pour définir le rêve médiumnique : tout simplement parce que le songe est le mot littéraire utilisé par les écrivains pour définir le rêve.

Si l'on se promène à travers les civilisations anciennes, nous pouvons voir la grande valeur qui était accordée aux rêves, jugés sacrés. Sans doute est-ce pour cela qu'on parle des rêves comme le « langage oublié de Dieu ».

Dans la Chine ancienne, les Chinois voyaient les songes comme un moyen d'explorer le monde des esprits. La cour employait des

fonctionnaires qui se spécialisaient dans ce domaine et agissaient comme des interprètes du rêve, car on croyait à cette époque qu'ils reflétaient la chance ou la malchance dans la vie du rêveur, c'est-à-dire qu'ils offraient un éclairage précieux sur leur destin.

Grâce au voyage onirique, qui représente une échelle entre le Ciel et la Terre, le corps humain peut se délester de son âme, obtenir des informations sur son sort de manière individuelle, et aller enfin s'abreuver à la source collective du monde des Esprits. Dans la civilisation ancienne chinoise, le voyage onirique avait donc trois fonctions : pathologique, psychique ou psychologique, et spirituelle. Savoir interpréter un rêve était un art divinatoire aussi important que celui que les Chinois employaient dans leur quotidien pour décrypter les signes qui les entouraient. L'oniromancie, à savoir donc l'interprétation des rêves, était un art ancestral à part entière. *Le Livre des rites* est d'ailleurs le plus ancien ouvrage qui classe et divise les rêves en catégories distinctes. Au fil des époques, cette liste s'est élargie et les rêves furent interprétés différemment en fonction du contexte médical ou religieux.

Dans l'Égypte antique, le substantif « rêve » vient d'un verbe qui signifie « veiller » mais également « s'éveiller ». Comme le rappelle un vieux proverbe égyptien, « Dieu a créé les rêves pour indiquer la route au dormeur dont les yeux sont dans l'obscurité. » Comme dans de nombreuses civilisations, il est considéré comme un moyen pour rentrer en contact avec l'univers surnaturel des dieux. Des traités d'interprétation des rêves ont été également rédigés, non seulement pour comprendre le symbolisme utilisé par le monde invisible, mais parce que l'on attribuait au rêve une vertu de guérison que je trouve extrêmement juste. Il suffisait alors de se rendre dans un sanatorium afin d'obtenir des réponses à ses divers sujets de préoccupations et provoquer ce que l'on appelle encore aujourd'hui

un « rêve d'incubation ». Au Liban, en Grèce, en Inde ou en Afrique du Nord, ils font partie de coutumes préservées et qui se transmettent comme un enseignement précieux.

Pour y parvenir, la première étape consiste à disposer d'un lieu calme où le rêveur n'est pas distrait de son objectif d'induction onirique. Le rêve d'incubation est en effet une forme intense de recueillement ; faire le vide à l'intérieur de soi comme à l'extérieur est fondamental.

La seconde étape réside dans la formulation spécifique d'une question dont on attend la réponse. Les Égyptiens tenaient des journaux des rêves dans lesquels ils pouvaient associer une illustration évocatrice à leur requête pour en renforcer l'impact.

La troisième étape consiste à se plonger la veille dans le sujet du rêve incubé, par le biais de livres, de photos ou de tous les matériaux appropriés au thème choisi.

Il suffit ensuite, au moment du coucher, de se détendre et de visualiser le rêve projeté en se répétant mentalement la phrase d'incubation préalablement couchée sur papier, et ce jusqu'à l'endormissement.

Au lendemain de notre rêve, il faudra veiller à le noter aussi fidèlement que possible sans réfléchir à sa pertinence par rapport à la fameuse phrase d'incubation. En effet, les rêves projetés dans cette enceinte particulière revêtent toujours une dimension créative recouverte bien souvent par des symboles et des images condensées.

Cette forme de méditation divine permet d'assurer la guérison de la « maladie », c'est-à-dire du tourment, qu'il soit physiologique, psychologique ou spirituel.

Il s'agit d'un formidable outil que je vous invite à utiliser dans votre quotidien ! Il suffit pour cela d'être un récepteur alerte et concentré

sur la teneur du message que vous souhaitez recevoir. Vous connaissez évidemment ce précepte biblique : « Demande et tu recevras ». La plupart du temps, nous ne savons pas véritablement ce que nous voulons. Émettre une requête simple et de façon répétée, c'est se préparer à recevoir une réponse précise et épurée.

Les rêves sont de formidables voies de communication dont nous devons dégager les accès. En « nettoyant » au mieux nos pensées parallèles, nous pourrons, à force de pratique, tenir un véritable carnet de bord de nos rêves à l'intérieur duquel nous noterons les réponses oniriques reçues. De la même façon que nous sommes impatients de rêver et d'obtenir une réponse à une préoccupation majeure, nous nous empressons parfois, à tort, de vouloir lui plaquer une interprétation immédiate, qui s'appuie sur la logique, notre système déductif ou nos connaissances culturelles et personnelles. Sachez que c'est une erreur grossière. Il faut souvent plusieurs jours, voire plusieurs semaines, avant d'être exaucé dans notre désir de recevoir une réponse grâce à un rêve d'incubation ; il faut ce même délai pour comprendre les informations que l'Au-delà nous envoie. Soit parce que le sens profond n'émerge qu'après avoir totalement lâché prise sur les mots et les images reçues auxquelles nous nous accrochons, soit parce que le monde invisible va se servir du quotidien pour illustrer, à travers un signe ou une image particulière, son message, et nous aiguiller sur la teneur exacte de celui-ci. Le piège consiste souvent à se ruer sur un manuel d'interprétation des rêves et à vouloir emboîter, comme les pièces d'un puzzle, les diverses significations proposées.

Non, tous les rêves qui ont pour sujet principal les dents ne sont pas annonciateurs de mort, pas plus que les cheveux coupés ne présagent d'une maladie ! Les symboles constituent l'ensemble de notre imagerie collective. Ce sont les archétypes jungiens, par

exemple, les fameux égrégores, ou encore les catégories, en psychologie. Un rêve vient puiser dans ce grand registre universel pour abreuver de symboles notre production onirique, mais il s'appuie également sur notre référentiel individuel.

En fonction de votre chemin de vie, de votre passé et de vos choix présents, une dent peut représenter, dans la problématique qui est la vôtre, vos racines, votre ancrage et, par extension, votre famille. Elle peut répondre symboliquement à une question concernant votre demande d'équilibre, ou au contraire de dépassement de vous-même, d'extraction, pour reprendre le champ lexical dentaire qui s'avère nécessaire.

Les rêves, traducteurs de notre psyché

Beaucoup de mes consultants me disent, d'un air dépité : « Mais moi, je ne rêve jamais ! Je ne reçois pas de message de l'Au-delà, pourquoi n'y ai-je pas le droit ? » ; comme s'il s'agissait d'un legs sacré réservé à une élite qui détiendrait les codes secrets de la porte des rêves. C'est du côté de l'onirologie et non de l'oniromancie que je vous emmène à présent. Si l'oniromancie est, je vous le rappelle, l'art divinatoire de l'interprétation des rêves, l'onirologie est le nom scientifique donné à l'étude psychanalytique des rêves. Sigmund Freud en est l'une des références majeures, avec son fameux ouvrage *L'Interprétation du rêve*[2] *(Die Traumdeutung)*, publié en 1900, alors qu'il était malade depuis six ans d'un cancer du maxillaire dont il mourra en 1938 à Londres où il s'exilera.

Freud était initialement un neurophysiologiste qui voulut, dès 1895, faire entrer la psychologie dans le cadre des sciences naturelles. Comme tout scientifique de son époque, il n'était pas question de faire revêtir au rêve un aspect surnaturel et sacré ; il

laissa ainsi derrière lui des siècles de cultures ancestrales qui lui avaient consacré jusqu'alors un rôle majeur. Pour Sigmund Freud, le rêve, loin d'être un phénomène magique, possédait un sens : être l'accomplissement d'un désir inconscient dont le sens devait faire l'objet d'une interprétation des névroses tapies en chacun de nous. La fonction du rêve n'était donc pas de prédire l'avenir, mais de révéler le passé du rêveur ainsi que son désir inconscient – qui correspondrait à sa sexualité infantile.

Beaucoup savent que, selon le célèbre psychanalyste, deux pulsions régulent l'être humain : Éros, qui correspond aux pulsions de vie, au registre sexuel, et Thanatos, qui insuffle la pulsion de mort, d'anéantissement de soi ou d'autrui. C'est donc un combat sourd et profond qui se joue dans l'inconscient, à l'origine de nos névroses et de nos troubles psychiques.

Si Freud exclut toute vertu spirituelle du rêve, il en distingue quatre types qui nous offrent une piste de compréhension quant à notre incapacité aux songes.

Le premier type de rêve contient l'ensemble des restes diurnes de notre vie quotidienne : combien de fois poursuivons-nous notre journée durant notre nuit ! Le rêve offre une sorte de défouloir émotionnel et mental pour nous débarrasser des pollutions énergétiques que produit le cerveau durant la journée. Il est une sorte de soupape fondamentale pour expulser les trop-pleins de tensions de nos activités. Il ne m'est pas rare, si j'ai passé une journée à tenter de résoudre un problème, de passer une partie de ma nuit à poursuivre cette tentative de résolution en faisant un rêve qui me met en scène dans la même posture ! À tel point que je ne peux plus faire la distinction entre rêve et réalité.

Nos émotions jouent un rôle prépondérant de douaniers invisibles entre la volonté de tout contrôler et le fameux lâcher-prise qui nous permet de faire le vide et d'accéder à l'univers du rêve. Je vous recommande vivement de ne jamais vous coucher fâché ou en colère si vous ne souhaitez pas poursuivre l'aventure nocturne de la scène !

Ce relâchement émotionnel et énergétique est fondamental pour la machinerie corporelle et psychique, car il garantit une bonne santé physique et mentale. Ne pas dormir engendre des épuisements dangereux, facteurs d'hallucinations et de graves névroses, tout en altérant la capacité de discernement.

Le deuxième type de rêve, selon Sigmund Freud, résulte de ce qu'il appelle le « matériel somatique des stimuli présents dans le sommeil ». Après les pollutions énergétiques et le défouloir émotionnel, nos rêves expriment les états physiologiques qui viennent perturber « l'ascension » onirique : il peut s'agir de la température trop élevée ou, au contraire, trop basse de la chambre à coucher, d'une hausse ou d'une baisse de la tension artérielle, d'un mal de ventre ou de tête. Non, vous n'effectuez pas réellement un saut en parachute ; non, vous ne vous jetez pas d'un immeuble de dix étages ! De la même façon que cela ne signifie pas de façon prophétique un malheur à venir, il s'agit plus vraisemblablement d'une petite chute de tension que votre cerveau symbolise par une chute physique. De même que le fait de rêver de porter une enclume sur l'abdomen est une alerte de votre vessie pour aller la soulager rapidement ! Ces phénomènes physiologiques d'un corps qui ne trouve pas, au sens propre du terme, le repos, empruntent très souvent le chemin des rêves comme des alertes efficaces ; mais une

fois encore, elles monopolisent le matériau onirique pour des fonctions organiques.

Le troisième type de rêve freudien est celui qui contient des traces mnésiques anciennes, c'est-à-dire des événements passés qui contiennent encore une forte charge émotionnelle. Ces traumatismes enfouis, ou latents, selon la terminologie de Freud, sont souvent l'objet de rêves récurrents avec lesquels notre psyché prend rendez-vous jusqu'à plusieurs fois dans un même mois. « J'ai fait ce rêve étrange et pénétrant », comme aurait dit Verlaine, de me voir vivre une rentrée des classes cauchemardesque. Je venais d'entamer mon grand et téméraire changement de carrière en troquant mon poste de professeur pour devenir médium ; et voilà que chaque nuit, je me voyais en classe préparatoire ou à la Sorbonne, mon petit cartable à la main, en train de chercher désespérément ma salle de classe. Dans certains rêves, je me trouvais au contraire dans un grand amphithéâtre, rempli de visages totalement inconnus qui suivaient assidûment un cours magistral auquel je ne comprenais rien. Je me réveillais en sursaut, l'angoisse chevillée au ventre d'avoir été dans un tel moment d'égarement et de solitude. On pourrait aisément penser que ce rêve faisait référence à mes années d'enseignement que je n'avais pas spécialement bien vécues et qui resurgissaient. Il me fallut l'aide d'une amie thérapeute pour déceler que mon rêve exprimait une réalité encore présente au fond de moi : celle de la peur de l'illégitimité. En tant que professeur, j'avais passé les concours qui me garantissaient la validation de mes compétences professorales, mais en tant que médium, j'étais plus durement exposée : non seulement aucun diplôme n'attestait de mes facultés médiumniques, mais je restais, en ce début d'activité, une éternelle étudiante sur les

bancs d'une école qui n'existait pas… Dès lors que cette prise de conscience fut faite de manière intelligible et qu'elle émergea des souterrains de mon inconscient, ce rêve récurrent disparut. Je pus faire un petit travail d'acceptation sur ma nouvelle situation professionnelle et sur le fait qu'elle m'avait fait sortir de ma zone de confort.

Les rêves chargés de ces traces mnésiques sont des avertisseurs généreux quant aux sujets que nous avons abandonnés dans les couloirs de l'oubli, voire que nous avons refoulés, si je reprends encore la terminologie freudienne, parce qu'ils étaient trop douloureux à gérer. Le cerveau a ce formidable pouvoir de trier les informations qu'il reçoit, et de nous préserver des traumatismes auxquels il est soumis. Comment tolérer, au niveau physique et émotionnel, des agressions physiques ou sexuelles ? Comment gérer des scènes de violence auxquelles nous avons assisté, ou des secrets de famille dont nous avons été les témoins auditifs involontaires et qui créent de véritables tsunamis en nous ? C'est là la force du cerveau : pour nous préserver et éviter des réactions imprévisibles, il ne les gère tout simplement pas. Il nous place tout d'abord dans un état de sidération, sorte de *reboot* de notre logiciel interne qui nous fige physiquement et nous ôte toute réaction émotionnelle immédiate. Ensuite, tel un fossoyeur appliqué, il prend soin d'enterrer toutes les informations compromettantes, et nous permet de vivre en colocation avec ces dernières. Les premiers fantômes avec lesquels nous vivons sont nos mémoires passées qui continuent de hanter nos nuits en se manifestant par des cauchemars ou par les fameux rêves récurrents. Ils agissent encore comme des soupapes de sécurité pour notre équilibre psychologique. Considérons que ces manifestations nocturnes sont

des aides précieuses pour notre âme ! Elles constituent des signes forts, des appels à l'aide pour investiguer et retourner à la source du mal ; si nous ne les prenons pas en considération, ces vagues de souffrance peuvent ensuite investir notre corps et comme l'ont si bien écrit les interprètes de la fameuse langue des oiseaux : « le mal a dit » par une maladie.

Les rêves ont cette mission essentielle d'être les traducteurs de notre psyché et peuvent, comme l'écrit Freud, puiser dans un ensemble de références et de symboles communs à tous les rêveurs. C'est le dernier type de rêve, à savoir celui qui, pour nous permettre précisément de décoder les maux ou les névroses qui nous rongent, va se servir d'une imagerie forte et universelle dont le sens est déjà déterminé afin que nous la suivions. Le langage symbolique du rêve permet d'incarner, par le biais d'animaux, d'objets ou d'éléments naturels, des problématiques douloureuses : voir une araignée venimeuse et dangereuse est un chemin détourné par l'inconscient pour désigner symboliquement notre référente maternelle ; le serpent a toujours eu, chez Freud, une connotation phallique et paternelle. Les symboles sont les vêtements que l'esprit utilise pour revêtir de pudeur des vérités qui sont très souvent difficiles à observer dans leur réalité nue.

Si la fameuse phrase que l'on s'attend à entendre dans le cabinet d'un psychiatre « parlez-moi de votre enfance » prête à sourire, il ne serait pas moins étonnant d'entendre « parlez-moi de vos rêves ». C'est précisément sur ce thème que Freud et Carl Jung ont confronté leurs points de vue, sans parvenir à les réunir. Jung, à l'origine de la création de la notion de synchronicité, fut avant tout psychiatre à l'hôpital de Zürich. De dix-neuf années le cadet de Freud, il se rapprocha de celui qu'il considéra comme son père

spirituel. Mais avec pas moins de six pasteurs dans la famille de Jung, il s'intéressera toute sa vie à l'occultisme et à l'Au-delà, à la grande différence de Freud. Carl Jung était beaucoup plus proche, dans sa notion de l'inconscient, du mouvement romantique allemand du XVIIIe siècle, précurseur du mouvement français. Pour Carl Jung, comme pour les romantiques, grâce à un processus d'individuation, savoir exister à l'intérieur de soi en dehors d'un groupe, d'une société, nous permet d'accéder à la connaissance du « soi », qui est identique à l'image divine. Le rêve est donc une solution psychique à nos problèmes, à nos questions, davantage dans les situations présentes que passées. Pour Freud, ce dernier n'en sera que l'évocation. Au-delà de leurs divergences, ces deux ténors de la psychiatrie ont donné un nouvel éclairage fondamental à l'outil introspectif formidable qu'est le rêve.

Le songe, lieu sacré de rencontre avec nos défunts

L'univers mystérieux du sommeil et des rêves qui le peuplent contribue avant toute chose à notre équilibre nerveux et à la régénération de notre corps physique. Il régule nos émotions, nous aiguille sur nos souffrances silencieuses, nuit après nuit. Ne pas pouvoir accéder à des messages médiumniques, c'est avant tout parce que notre fonction onirique a été mobilisée au profit de la gestion de nos émotions, de nos tensions internes ou de nos souffrances somatiques. Il faudrait pouvoir se faufiler sous la couette, complètement libéré de toutes ces entraves afin de faire la place nécessaire au monde invisible pour se manifester ! Nos vies

intenses et trépidantes nous lestent hélas davantage de stress et de charge énergétique forte.

Non seulement nos défunts ou nos guides doivent guetter l'espace disponible qui leur est attribué, à l'intérieur de nos rêves, pour intervenir, mais le sommeil répond à un enchaînement de cycles très précis qui vont se succéder et qui ont, à leur tour, des fonctions bien déterminées. Le cycle du sommeil est donc divisé en quatre stades différents qui sont : l'endormissement, le sommeil lent léger, le sommeil lent profond et le sommeil paradoxal qui clôture le cycle. Selon la durée de la nuit, nous pourrons vivre plusieurs cycles d'environ quatre-vingt-dix minutes chacun qui découperont notre sommeil.

La première phase, celle de l'endormissement, ne concerne que cinq pour cent du temps de sommeil total, même si pour nombre d'entre nous, elle est bien plus longue que cela, tant il nous est difficile de « décrocher » de notre journée et de ne pas compter indéfiniment les moutons. La respiration se fait plus lente, les muscles se relâchent et notre conscience diminue.

La seconde phase, le sommeil lent léger, représente cinquante pour cent du temps de sommeil total. Comme son nom l'indique, le sommeil n'y est pas très profond et il nous est encore facile de nous réveiller à tout moment ; un bruit ou une lumière suffisent, bien que nous ayons conscience à cet instant précis de nous être endormis.

La troisième phase est celle du sommeil lent profond qui représente vingt pour cent du temps de sommeil. Le dormeur est alors complètement isolé du monde extérieur par le sommeil ; il lui est difficile de se réveiller durant cette phase. C'est le moment privilégié par notre corps pour récupérer de la fatigue physique que nous avons accumulée durant la journée.

La quatrième et dernière phase de sommeil est appelée « paradoxale » ; elle représente vingt-cinq pour cent du temps de sommeil total. Le dormeur présente, durant ce cycle, simultanément des signes de sommeil très profond et des signes d'éveil. C'est précisément lors de cette quatrième phase que nous rêvons. Le rêve peut se produire également, mais dans une moindre mesure, pendant la phase précédente, celle du sommeil profond, mais non seulement notre rêve sera moins élaboré, mais nous ne nous en souviendrons pas.

Le rêve intervient dans cet équilibre fragile de cycles qui s'enchaînent et qui peuvent être, à tout instant, interrompus par des événements extérieurs. C'est la régulation homéostatique, c'est-à-dire l'équilibre interne, qui offre cette propension à nous endormir en fonction de nos privations de sommeil ; mais il s'agit de la fameuse régulation circadienne, sous le judicieux contrôle de l'horloge centrale, qui régule le sommeil. N'oublions pas de préciser également que le principal synchroniseur de notre horloge interne est la lumière ; dès que le jour décroît et que la lumière diminue, le corps secrète de la mélatonine, le sésame hormonal déclencheur de l'endormissement.

Veiller devant son poste de télévision ou souffrir d'insomnies décale totalement l'entrée dans les cycles de sommeil, au point de perturber complètement le corps, qui peine à se régénérer et raccourcit de lui-même tous les temps de chaque phase.

Malgré le franchissement de tous les obstacles organiques et émotionnels qui nous mobilisent durant la nuit, la période nocturne est l'une de celles que le monde invisible privilégie pour se manifester. Il ne peut toutefois intervenir que durant deux phases du sommeil. La première est celle de l'endormissement, parce qu'au

sens propre du terme, nous nous relâchons enfin. Nous connaissons tous cet instant suspendu où nous ne sommes pas tout à fait endormis, ni complètement éveillés ; notre esprit vagabonde encore sur les différents temps forts de notre journée, tout en perdant petit à petit le fil logique et structuré de notre pensée. Le corps s'engourdit, et nous plongeons dans ce que l'on appelle un état modifié de conscience ; cet état, nous pouvons le recréer lorsque nous pratiquons la méditation, ou que nous sommes attelés à la réalisation d'une activité intellectuelle ou créative. À cet instant précis, le mental baisse sa garde, et l'Univers peut enfin se connecter à nous.

Avez-vous déjà entendu votre prénom chuchoté dans votre oreille, ou à l'intérieur de votre boîte crânienne ? Pour ma part, il m'est même arrivé d'entendre mon prénom hurlé jusque sous mes fenêtres, alors que la rue était déserte ! Je pense à ces hommes et à ces femmes qui, même après la perte de leur conjoint, restent calés sur leur côté de lit sans jamais déborder ; l'endormissement est le moment privilégié par leurs chers disparus pour témoigner de leur présence. Combien de consultants me racontent qu'ils ont senti comme une pesanteur s'enfoncer doucement dans le matelas juste à côté d'eux comme s'ils étaient rejoints par leur défunt conjoint ! À une première réaction de surprise et de frayeur succède une grande émotion de joie : beaucoup m'expliquent avoir été comme enveloppés par une énergie d'amour et d'apaisement… À tel point que Martha, sexagénaire parmi mes consultantes qui a perdu son mari d'une crise cardiaque, me confiait encore dernièrement :

– Anne, vous savez, mon mari était plutôt costaud. Je lui disais qu'il ne fallait pas abuser des plats en sauce et des desserts trop crémeux ; mais en bon Bourguignon, il n'a pas su être raisonnable et il est mort dans mes bras, dans un des rayons du supermarché où

nous faisions nos courses chaque semaine. Quelle ironie, non ? Eh bien, chaque début de nuit, je le sens me rejoindre dans le lit ; je n'ai pas peur ! Je sais qu'il me protège, désormais. Pour qu'il soit confortable, je dois vous avouer que j'ai repris son petit rituel : je tape dans son oreiller afin d'en écraser les plumes. Je me dis qu'il passera une meilleure nuit. Je suis un peu folle, non ?

Non, Martha n'est pas folle. De même que vous n'êtes pas fou si c'est au bout de votre lit que vous sentez un poids tendre les draps que vous retenez de vos mains. Comme si votre mère, votre père ou l'un de vos grands-parents décédés reprenait la place qu'il aimait occuper pour vous raconter une histoire ou vous souhaiter bonne nuit.

Mes chuchoteurs à moi ne sont pas farouches. Il n'est pas rare que je sente une énergie frôler le sommet de mon crâne, ou une main glisser sur mon bras laissé en dehors de la couette. Ne vous méprenez pas sur les intentions des entités présentes dans la pièce, qu'elles fassent partie de vos proches ou qu'elles appartiennent aux mémoires de votre lieu de vie. Le but n'est jamais de vous effrayer, mais tout simplement de venir à votre rencontre. Je vous le concède, l'effet de surprise est parfois tel, ou nos esprits sceptiques se réactivent si vite dans cette période d'endormissement, que nous prenons le chemin d'une bonne nuit blanche, à défaut de celui de l'ouverture d'esprit.

Durant cette phase d'endormissement, durant laquelle nous déroulons pêle-mêle nos idées, nos ressentis et nos ressentiments parfois, cet état modifié de conscience permet de faire de notre esprit une meilleure « bande passante » pour notre garde céleste. Au milieu de votre patchwork de pensées, je vous invite à guetter, au-delà d'un mot distingué dans votre boîte crânienne, les messages

plus construits que vous pourriez recevoir ou les idées lumineuses que vous pourriez accueillir. J'aimerais vous dire qu'ils proviennent de vos géniales petites cellules grises, mais ils sont, très souvent, déposés en nous comme des éclaircissements bienveillants sur des questions qui nous taraudent et dont le monde invisible a connaissance. Ces formidables « coups de projecteurs » ne peuvent être déposés dans notre esprit que si nous les laissons aux manettes de nos pensées. Si nous passons cette phase d'endormissement à ruminer nos rancœurs, à refaire mille fois le scénario de nos disputes de la journée, à maugréer contre ceux qui nous ont offensés, nous fermons alors le champ de toute manifestation sémiologique possible.

L'Univers n'a jamais dit son dernier mot. S'il n'a pas pu intervenir durant les petits cinq pour cent de la nuit passée à nous endormir doucement, il tentera de le faire durant la période la plus féconde pour lui, c'est-à-dire au cours du sommeil paradoxal. Ce sont les mythes grecs qui décrivent le mieux cet état particulier dans lequel nous nous trouvons alors.

En effet, le grand gardien du sommeil, dans la mythologie grecque, est le fameux Morphée. S'il est le dieu des rêves, il faut rappeler qu'il est l'un des mille enfants du sommeil, le dieu Hypnos. Son père est fils de la nuit et des ténèbres, tandis que son frère n'est autre que Thanatos, le dieu de la mort. Le sommeil est donc cette conjonction entre la vie et la mort, de la même façon que, durant la phase de sommeil paradoxal, nous oscillons entre des signes de vie et d'éveil et des états profonds proches du coma. Morphée était chargé de prendre forme humaine et de se montrer aux hommes durant leurs rêves, qui pouvaient le voir et l'entendre, le prendre même dans leurs bras.

Ce mythe a laissé dans nos expressions populaires le fameux adage « tomber dans les bras de Morphée ». J'aime ce mythe parce qu'il est la plus juste représentation, selon moi, de la capacité qu'ont nos défunts de se manifester au cœur de notre rêve. Le médium que je suis voudrais toutefois vous apporter quelques précisions sur ces manifestations oniriques si chères dans le cœur de tous ceux qui sont en deuil et qui attendant impatiemment un signe de ceux qu'ils ont tant aimés.

Comment faire la distinction, alors que nous sommes embués dans l'état de sommeil, entre ce que je nomme le rêve, c'est-à-dire une production onirique du cerveau qui met en scène des images, des symboles et des scénarii puisés dans notre vécu récent ou passé, et les songes, qui sont des apports paranormaux déposés dans notre esprit par le monde invisible ? Il n'est pas rare de voir apparaître en songe un être cher que nous avons perdu. J'aimerais insister sur un point fondamental : l'apparition d'un défunt au détour d'un rêve lui demande une énergie incroyable. Imaginez que ces derniers, devenus énergie pure, débarrassés de leur enveloppe terrestre, recréent pour nous une vision fidèle du souvenir que nous avons gardé d'eux de leur vivant. Pour faire un peu d'humour, ils ne peuvent pas passer toute la nuit avec nous ! Leurs apparitions sont donc toujours assez courtes. De la même façon, les « dialogues » que nous pouvons avoir avec eux sont limités. Chaque manifestation, chaque mot, est une dépense énergétique énorme pour ces derniers et je voudrais souligner encore une fois le merveilleux effort qu'ils déploient afin de pouvoir traverser les différents plans vibratoires qui nous séparent afin de pouvoir témoigner de leur présence et de leur amour. Il en va de même pour les médiums : canaliser un message d'un défunt ne revient pas à décrocher le grand combiné de l'Au-delà et de dire simplement

« allô » ; la venue de nos défunts dans un songe est une descente bien ardue dans les profondeurs de nos esprits. Je vais décevoir tous ceux qui me diraient qu'ils ont passé la nuit à refaire le monde avec leur grand-père décédé, parce que cela n'est tout simplement pas possible. Il s'agirait, le cas échéant, de votre cerveau qui aurait recréé sa petite madeleine de Proust en y incluant un être familier comme interlocuteur privilégié.

Tant de parents qui ont perdu un enfant me disent, désespérés, qu'ils ont aperçu leur fils ou leur fille pendant la nuit mais qu'ils n'ont pas pu se parler.

Il n'est pas rare en effet que la mise en scène du songe indique spatialement une distance entre nos défunts et nous : pour certains, l'être aimé se montre de l'autre côté d'un trottoir et ils sont dans l'incapacité de traverser la rue pour aller le rejoindre ; pour d'autres, c'est dans un véhicule en partance ; pour d'autres encore, ils l'aperçoivent dans le reflet d'une glace ou de la vitrine d'un magasin. C'est un rappel plus que subtil des plans énergétiques qui nous séparent et qui nous empêchent parfois de faire comme avec le dieu Morphée, à savoir pouvoir les prendre dans nos bras. Ne vous sentez pas punis, soyez au contraire dans la gratitude de cette formidable rencontre.

Il est difficile à nos défunts de s'exprimer abondamment, et nous délivrer quelques mots est souvent un pari audacieux. Sachez que chaque mot prononcé se pare d'une vibration, d'une densité bien plus forte que celle de nos conversations. Recevoir quelques mots aussi simples que « Je vais bien » de la part d'un proche disparu dans un songe est un simple support à une multitude d'informations sous-jacentes. Le rêveur reçoit, en plus des mots, un message chargé d'une tonalité émotionnelle particulière, non pas de manière auditive, mais presque physique, au point qu'il comprendra plutôt :

« J’ai beaucoup souffert, j’ai éprouvé de la peur au moment de mon départ, mais à présent, je me sens soulagé et je suis libéré de toutes ces souffrances. » Les mots ne sont, dans leur forme, que les vecteurs réduits qu’utilisent nos défunts pour nous délivrer un message vibrant de sens. Je pense souvent aux notes de musique qui se diffusent en répandant leur sonorité dans chaque recoin d’une pièce, enfin libérées de la ganse étroite de l’instrument dans lequel elles étaient enfermées. C’est exactement la même chose lorsqu’il s’agit d’un message de l’Au-delà. Retenez et écrivez les phrases que vous avez reçues ! Si, dans un premier temps, nous les interprétons de manière logique et concrète, elles peuvent concerner des événements à venir dont nous ignorons encore tout et qui prendront un tout autre sens à ce moment-là.

De simples regards que nous adressent nos désincarnés peuvent contenir tout à la fois un champ d’amour extraordinaire et une mise en garde qu’ils voudraient nous adresser. Il m’est arrivé de retrouver ma maman dans un songe, dans un lieu qui m’était inconnu mais dans une activité que nous aimions faire ensemble : le marché. Je la croise au détour d’un étal, au milieu d’une foule dense et compacte, et sa silhouette se détache des autres. Elle porte un gilet d’un rouge si éclatant et « vivant » que je me dis aussitôt qu’aucun dessin ni aucune peinture ne pourraient reproduire l’éclat de ce dernier. Je reste figée devant elle, le cœur écrasé par le chagrin et par l’émotion de la retrouver. Je sais que c’est elle ; non pas grâce à son image, mais parce que mon âme la reconnaît. Aucun mot ne pourrait décrire cette notion de reconnaissance immédiate. À la différence d’un rêve, dans lequel je pourrais la voir s’agiter et débiter mille mots à la minute comme elle avait l’habitude de le faire, elle est stoïque devant moi et je comprends qu’elle ne parvient pas à communiquer avec des mots. Nos regards s’accrochent alors et je me sens

pénétrée d'une énergie qui communique avec moi. Je peux comprendre qu'elle tente de me demander pardon pour la décision fatale qui l'a conduite à partir brutalement sans que je ne puisse lui dire au revoir. Je sens qu'elle manque d'énergie de l'autre côté du voile pour se manifester davantage et je suis soulagée de comprendre qu'elle me gratifie d'un signe chaque fois qu'elle le peut, mais qu'elle doit tout d'abord demander l'autorisation à ses guides pour cela, et que cette descente jusqu'à notre plan terrestre lui demande beaucoup d'efforts. Je perçois, dans ce silence criant toutefois, qu'elle doit partir, et au moment où ma gorge se noue, je mobilise toutes mes forces pour m'accrocher aux dernières images de son regard pénétrant et m'abreuver de sa présence. Le temps n'a pas de prise sur ces cadeaux de l'invisible, et je peux vous promettre qu'il me suffit de fermer les yeux pour revivre à l'identique cette apparition à jamais gravée en moi.

Je dois préciser également que, délestés de leur apparence physique, nos désincarnés peuvent choisir de se présenter dans un songe sous les traits qui leur correspondent le mieux. Ma mère était bien plus jeune que l'âge correspondant à son départ terrestre. Elle devait avoir une trentaine d'années d'après les photos que je possède d'elle dans l'album de famille ; je me suis longtemps demandé pourquoi elle avait en quelque sorte arrêté le temps symboliquement à cette période. Il s'agit sans doute de la période durant laquelle elle avait été la plus heureuse, et la plus belle aux yeux de mon père. Ces détails physiques sont autant de messages visuels à notre attention, soit pour nous mettre sur la voie des raisons de leur décès, soit pour nous indiquer une particularité de leur vivant que nous pourrons aller corroborer au réveil s'il s'agissait d'un ancêtre que nous n'avons que trop peu connu.

Je vous rassure, il n'existe plus de fauteuils roulants, de cannes ou de béquilles de l'autre côté du voile, de même que les corps ne sont plus décharnés par la maladie ou endommagés par des accidents. C'est un processus identificatoire nécessaire pour nos défunts afin de nous rassurer dans cet univers onirique si dense et confus.

Il n'est pas rare de voir également nos proches dans des lieux qui leur étaient chers, ou auprès de ceux qu'ils ont retrouvés de l'autre côté, une façon pour eux de répondre aux questions qui nous taraudent et que nous nous posons sans arrêt : « Comment va-t-il ? », « Qui a-t-il retrouvé ? », « Se souvient-il de sa vie terrestre ? »

Comme je vous souhaite de pouvoir vivre ces songes qui sont pour moi des petits miracles de patience de la part de nos invisibles, qui se faufilent entre nos défouloirs émotionnels et nos scènes abracadabrantes dignes d'Alice au pays des merveilles ! Quel bonheur, malgré tous les obstacles, de prendre dans nos « bras » de rêveur ceux qui nous manquent tant ! Ces étreintes sont indéfinissables, c'est comme si nous pouvions rendre denses les béances du vide, saisir des corps qui n'existent plus.

Je repense, en évoquant ces précieux signes de l'Au-delà, à Christophe, le père de Matthieu, qui, une fois l'assassin sous les verrous, rêva une nuit de son fils qui se tint devant lui et lui chuchota : « Regarde, papa ! » Matthieu venait d'avoir dix-huit ans au moment de l'accident qui lui coûta la vie. Il vit alors ce grand jeune homme, souriant et apaisé, dans les vêtements choisis pour son inhumation, tout à coup, redevenir un adolescent, puis un petit garçon, puis un bébé faisant ses premiers pas. À peine put-il saisir ce défilé de portraits émouvants de son fils qu'il se retrouva à tenir au creux de ses bras Matthieu comme il le fit au moment de

l’accueillir le jour de sa naissance. Le nourrisson le fixait avec un grand sourire, ses yeux transperçant l’âme de Christophe, et il lui dit : « À bientôt, mon petit papa ! » Puis il disparut soudainement.

En me faisant part de ce formidable mais déchirant songe, Christophe me dit ce jour-là :

– Moi qui me rends souvent à l’église, comme tu le sais, j’ai toujours eu en tête cette phrase, lors des enterrements : « Tu es né poussière et tu retourneras poussière ». Si je comprenais la réalité physique de ces mots, j’en ai compris la portée symbolique grâce à Matthieu : nos enveloppes corporelles ne sont que des habits de location qui abritent nos âmes, mais que nous devrons rendre au moment de notre départ. Je sais que je retrouverai mon fils quand mon heure terrestre sera venue. J’ai hâte, très souvent, à toi je peux le dire…

*

Si la période du rêve offre ces merveilleux instants suspendus à nos défunts pour venir à notre rencontre, je vous rappelle que notre cohorte céleste n’est jamais bien loin non plus pour assurer son rôle tutélaire et protecteur. En se plongeant à nouveau dans la civilisation antique, on peut lire que les Grecs distinguaient trois types de rêves bien précis : les rêves symboliques, qui nécessitaient au réveil une interprétation, les visions, qui décrivaient clairement des événements futurs portés à notre connaissance, et les oracles. Dans ces oracles, un parent, un rêveur ou même un dieu pouvait se présenter lors d’un songe et nous révéler ce qui devait advenir ou non. C’est ce que les auteurs grecs appelaient les « révélations objectives du monde des rêves ».

Je rejoins en partie cette petite classification, car je sais que nos guides, dans leur rôle engagé mais discret de nous mener sur les grandes missions terrestres qui nous attendent, et en favoriser leur résolution, interviennent également lorsque nos paupières sont closes. Je connais tant de personnes, qui ne manifestent pourtant pas durant la journée de faculté intuitive particulière mais qui reçoivent dans leurs songes des informations prophétiques importantes pour eux-mêmes ou pour leur entourage !

Je pense à Maryvonne, une de mes consultantes poitevines, qui a reçu, lors de ses rêves, des indications précises sur les grands événements de sa vie. Non pas pour pouvoir changer le cours de leur réalisation, mais comme si son guide avait voulu la préparer en amont aux épreuves auxquelles elle serait confrontée. Et chose inédite, lorsque je lui demandai comment elle parvenait à faire la distinction entre un simple rêve et une prophétie, elle me répondit ceci :

– Figurez-vous que, depuis que je suis toute petite, une énorme et majestueuse tortue apparaît dans chacun de mes rêves importants. Et sachez que je n'ai aucune affection particulière pour ces reptiles ! Cette tortue se présente comme pour m'indiquer que les images qui défilent dans mon rêve seront prophétiques. Elle m'a indiqué l'importance de ma rencontre avec Gérard, un jeune homme qui est en effet devenu mon époux il y a plus de trente ans ; je l'ai vue ensuite au chevet de ma mère souffrante, il y a une petite dizaine d'années, et j'ai compris tout de suite que nous ne pourrions pas la sauver. J'ai revu ma chère tortue, une nuit, me grimper sur le ventre et m'écraser soudain la poitrine. Je me souviens, dans ce songe, lui avoir demandé ce qu'elle voulait me dire. Puisque je savais qu'elle ne se présentait à moi que pour les occasions importantes, je me suis décidée à faire sans plus tarder un check-up alors que le

précédent remontait à une année seulement. Mon médecin généraliste ne cessait de me dire que ma santé était bonne ; je ne pouvais tout de même pas lui rétorquer que ma tortue cherchait à me dire le contraire, il aurait pensé que j'étais folle ! Il m'a tout de même regardé avec curiosité lorsque le scanner a détecté une tumeur, certes petite, mais maligne, dans mon sein droit. J'ai pu subir à temps une intervention chirurgicale et être soignée. Mon heure n'était pas venue et cette tortue m'avait aidée à le comprendre. Anne, je comprends qu'il s'agit de mon ange gardien, mais pourquoi une tortue ?

– Ma chère Maryvonne, la tortue incarne, depuis toujours, l'idée de la persévérance et de la sagesse ; elle symbolise la lenteur, c'est-à-dire le fait d'arriver toujours à destination, mais dans un laps de temps très long. C'est peut-être votre adage, finalement : doucement, mais sûrement…, lui répondis-je avec un petit sourire.

Les rêves sont des supports privilégiés pour les messages prophétiques de la part de nos guides, soit pour nous préparer aux épreuves qui nous attendent, soit, dans leur rôle de protecteur, pour nous enjoindre à la prudence ou à la réflexion pour tempérer les choix radicaux que nous nous préparons à faire. Combien d'entre nous sont avertis du décès d'un être cher dans leurs rêves et, se réveillant au petit matin par la sonnerie du téléphone, apprennent la triste nouvelle qui confirme le scénario qu'ils ont déjà vécu ? Les guides peuvent en effet s'effacer totalement de nos songes et nous projeter un film virtuel dans lequel des informations nous seront délivrées, ou bien revêtir les traits de personnages différents, familiers ou inconnus, pour interagir et provoquer des dialogues avec le rêveur. Comme le génie de la lampe, ils seront tour à tour notre meilleur ami, un vieillard inconnu croisé dans une foule ou un

symbole fort comme la tortue de Maryvonne. Il est très fréquent qu'ils utilisent les fameux archétypes jungiens, ou l'imagerie freudienne, animale, végétale ou issue du monde des objets pour s'appuyer sur leur signification universelle afin que nous en déterminions plus aisément le sens. Il s'agit d'une sorte d'alliance entre inconscient et monde invisible qui travaillent de concert à nous montrer le sens caché des choses, mais que nous ne percevons pas toujours une fois le mental et la logique réactivés dans notre quotidien. Dans mes songes, les rats envahissent mes scènes oniriques pour me montrer que l'on me cache vraisemblablement des éléments sur des situations que je pensais saines ; des serpents m'étouffent pour mettre l'accent sur des relations amicales, amoureuses ou professionnelles toxiques et dont je dois me méfier. Nos guides n'hésitent pas, par ailleurs, à devenir de véritables poséidons en maîtrisant les eaux de nos rêves : les mers sont calmes et limpides pour nous indiquer que nos choix sont judicieux, elles se troublent et nous n'en percevons plus le fond si nous n'avons pas correctement appréhendé leurs conséquences ; elles peuvent se déchaîner pour nous indiquer que nous allons rentrer dans une ère de grands changements et de secousses douloureuses.

Ne pensez pas que nos guides ne sont que des avertisseurs de drames et de catastrophes : ils sont également les garants de notre protection, mais ils aspirent à nous encourager à persévérer dans nos choix, à nous montrer les rayons du soleil dans nos jours nuageux. J'ai pu autant rêver les belles rencontres qui ont jalonné ma vie que, de façon plus triviale et humoristique, il m'est arrivé d'anticiper une dispute avec un conjoint. Le songe était toujours le même : nous nous tenions l'un en face de l'autre et nous vociférions sans même nous écouter. Dès le réveil, je culpabilisais à l'idée de

me dire que je mettais en scène mes angoisses cachées quant à cette nouvelle histoire qui démarrait, et je mettais au contraire un soin particulier à soigner mes échanges et à tempérer mes propos pour ne pas faire de ce rêve une prophétie, sans oser avertir mon compagnon de cet effort. Alors que je pensais avoir réussi à conserver l'harmonie au sein de mon couple, et que je posais ma tête sur l'oreiller, heureuse d'avoir défié l'Univers, un simple mot, un dernier échange faisait tout basculer et j'observais mon compagnon s'offenser et commencer à invectiver comme j'avais pu le voir dans mon rêve. Chaque conflit qui nous opposait était précédé de ce songe, qui défilait comme une saynète réglée au millimètre. Je m'entendais d'ailleurs me plaindre en le voyant se déclencher, tout en faisant remarquer à mon guide qu'il avait un sens de l'humour assez particulier… Je dois pousser la confession et vous préciser que j'ai compris bien plus tard le sens plus général de ce songe récurrent. Je peux vous assurer que mon entêtement de Bretonne ne m'a pas fait lâcher prise si facilement ; mais ce songe m'a permis de prendre du recul sur la tristesse d'une décision de séparation. Je savais, grâce à lui, que j'étais allée au bout du champ des possibles.

Si l'on considère que le rêve est un voyage aux confins de l'invisible, il nous permet également d'atteindre des plans subtils jusqu'alors inexplorés. On appelle cette exploration le voyage astral. Pour pouvoir se projeter dans ces autres plans, le véhicule nécessaire est en effet le corps astral. Le corps possède de nombreux corps énergétiques, qui se superposent tels des poupées russes, que l'on appelle les corps subtils. Ces corps se manifestent à l'extérieur de nous par l'aura qui en émane et qui forme une sorte d'œuf coloré tout autour de notre corps. Ces corps subtils, aux couleurs primaires de l'arc-en-ciel, sont au nombre de sept, les

quatre principaux étant tout d'abord le corps physique ou éthérique, le second, le corps astral ou émotionnel, le troisième, le corps mental et le quatrième, le corps causal. Ces corps sont en quelque sorte des « disquettes » sur lesquelles s'enregistrent les différentes mémoires de nos expériences terrestres dans chacune des thématiques citées. Si ces différents corps énergétiques sont mortels et se dissolvent à notre mort physique, le corps causal, quant à lui, agit comme un logiciel efficace qui survit à notre départ et qui compile l'ensemble de nos actions, de nos joies, de nos blessures, telle une mémoire vive de notre âme.

Vous l'aurez compris, le corps astral est celui que nous empruntons pour nous projeter dans d'autres réalités que la nôtre. Il faut savoir que cette « décorporation » est un exercice que certaines personnes arrivent à pratiquer en état d'éveil, de façon volontaire ou non. La première étape s'apparente à une sorte de paralysie du corps ; cette impression est suivie, chez certains, par une transe ou un début d'épilepsie. Ils sont en quelque sorte des spectateurs figés devant une scène dont ils sont les principaux personnages. Ces prémices de paralysie sont ensuite suivies d'un laisser-aller intense qui leur permet de sortir de leur corps et de voyager avec l'esprit. Les terminologies sont nombreuses pour désigner le voyage astral : on parle de décorporation, de dédoublement, d'excursion psychique ou encore de rêve lucide.

Il peut donc nous arriver de vivre cette même expérience lorsque nous sommes endormis en phase de sommeil paradoxal. Sous l'égide de nos guides qui nous offrent ce merveilleux voyage, nous atteignons alors des plans jusqu'alors inexplorés. Pourquoi sous leur contrôle ? Parce qu'encore une fois, le voyage astral requiert beaucoup d'énergie et qu'il ne s'agit pas de nous épuiser au point de mettre en danger notre santé physique. Manquer d'énergie nous

empêcherait de « revenir » : nous pourrions tomber dans le coma ou endommager notre santé mentale. Nos guides veillent sur nous durant tout le parcours et agissent en modérateurs bienveillants lorsqu'il nous faut revenir ; cela ne manque pas, bien souvent, de provoquer frustration ou colère, car nous n'avons pas conscience, durant ce voyage, de l'énergie qu'il nous faut puiser, tant nous sommes happés par tout ce que nous découvrons. Cette mission ne peut incomber à nos défunts qui sont un peu nos homologues spirituels, les membres de notre famille d'âme chargés de nous accompagner sur notre parcours terrestre.

Vivre un voyage astral, c'est l'opportunité de se rendre sur des plans inexplorés. C'est pouvoir accéder à des images de nos vies passées et comprendre quelles furent les difficultés que nous avons rencontrées ; c'est retrouver l'historique vécu avec des personnes chères à notre cœur, et se dire qu'il ne s'agit, dans cette vie-là, que de retrouvailles. Ce voyage est parfois vécu de façon tout à fait involontaire lors des expériences de mort imminente, une fois passé le grand tunnel, symbole du passage d'un plan à un autre.

J'ai eu la chance, si je puis dire, de me rendre dans la fameuse bibliothèque des annales akashiques, où sont stockées toutes les mémoires de l'humanité. En lectrice assidue et passionnée, j'ai eu envie de me jeter sur tous les ouvrages ; j'ai eu la prétention de penser que l'on me dévoilerait peut-être quelques grands secrets enfouis de l'humanité… Je souris encore de ma naïveté !

Ces voyages astraux sont évidemment très rares dans notre paysage onirique. Je les considère comme des cadeaux émanant de nos guides qui nous estiment alors suffisamment évolués pour appréhender les événements sous un nouvel angle. Traverser les différents plans subtils, y rencontrer peut-être des âmes dans un état

de grande souffrance, retrouver, pour quelques minutes, ceux que nous avons chéris et aimés, se confronter à nos blessures karmiques : tel est le programme audacieux de la nuit. Cela requiert non seulement beaucoup de courage, mais une force émotionnelle et énergétique intense.

Quel que soit le type de songe que vous vivrez, vous pourrez le distinguer aisément d'un simple rêve en constatant la difficulté que vous éprouverez à vous réveiller. Bien que nous soyons restés dans le fond de notre lit, notre âme dans ces situations s'est rapprochée de l'énergie divine ou universelle et a puisé en nous de nombreuses ressources. Nous aurons alors l'impression de sortir d'un sommeil si profond qu'il pourrait s'apparenter à un coma ou à une anesthésie générale. Il n'est pas rare de dire que, durant notre sommeil, nous sommes « partis loin ». Cette expression n'est finalement pas qu'une image : la nuit, à défaut de nous ressourcer, nous a épuisés.

Si le repos est une quête, le sommeil une gageure dans nos vies trépidantes, le rêve un univers mystérieux, le songe est une lettre déposée par le monde invisible à l'attention de tous ceux qui sauront y lire son caractère sacré. Nombre d'entre vous me demandent souvent comment réunir toutes les chances d'être ainsi dans les meilleures dispositions aux songes. Mes recommandations n'auront pas la prétention d'être exhaustives, mais elles vous permettront sans doute de mieux cerner les pièges à éviter dans votre quotidien.

Respectez tout d'abord, autant que possible, le cycle du sommeil. On sait que la période dédiée au sommeil paradoxal, donc le plus propice à la manifestation des songes, intervient souvent entre 3 h et 6 h du matin. Nos défunts peuvent tout autant intervenir dans notre sommeil que dans la pièce ou le lieu dans lequel nous nous trouvons. Vous pourrez par ailleurs remarquer que les cinéastes

américains, spécialistes des films d'horreur, évoquent presque tous ce créneau horaire nocturne comme « maudit et cauchemardesque ». Sans tomber dans les caricatures grossières, ils n'ont pas tout à fait tort ; c'est une période idéale pour les manifestations sémiologiques et les songes, comme si elle était une charnière entre la fin de la nuit et l'entrée dans une nouvelle aube. Si vous vivez en noctambule et que vous décalez votre heure de coucher après minuit, vous reculez d'autant les phases précédant le sommeil paradoxal. Votre phase d'endormissement, durant laquelle vous pourriez également être sensible à une réception d'idées et de perceptions sensorielles, sera trop courte, car votre corps, qui aura lutté pour rester éveillé, accélérera l'entrée dans le sommeil. Ne pas grignoter chaque phase nécessaire à l'organisme est donc la clé d'un sommeil paradoxal propice et fécond aux songes.

« Que le soleil ne se couche pas sur notre colère » peut-on lire dans la Bible. Comme nous l'avons évoqué, une des fonctions principales du rêve est d'être le grand réceptacle de nos émotions. Il est le ring sur lequel nous allons boxer contre nos ennemis visibles ou cachés afin de nous délester du trop-plein énergétique qui encombre notre esprit et altère notre capacité d'analyse et de réflexion. Savoir harmoniser nos émotions permet de libérer un espace suffisant au sein duquel l'Univers pourra intervenir et nous guider durant la nuit. Je vous encourage à aller crier dans la forêt, à chanter à tue-tête votre chanson préférée, à casser des assiettes ou à faire une multitude de recettes de cuisine ! Quel que soit le moyen que vous choisirez, vous aurez l'assurance d'avoir laissé derrière vous une production créative et expressive qui aura apaisé les feux ardents de vos émotions…

À tous les gourmands qui liront ces quelques lignes : tartiflette, couscous ou bœuf bourguignon n'ont jamais rimé avec légèreté ! Si

l'on sait que les aliments restent entre trois et quatre heures dans l'estomac avant de passer dans l'intestin grêle, l'absorption intestinale dure, quant à elle six à sept heures. Si vous dînez trop tardivement ou trop lourdement, une partie de l'énergie de votre corps sera dédiée à l'activité digestive et encombrera la qualité de votre sommeil. Vos rêves ne feront alors que traduire les lourdeurs digestives et les malaises provoqués par un corps attelé à vous bombarder de sucs gastriques pour se débarrasser du repas.

Bien que passionnée de la période romantique du XIXe siècle et de sa quête éperdue de l'Au-delà, je voudrais par ailleurs détruire définitivement un mythe qui court depuis autant de siècles : non, l'adage *In vino veritas* – « Dans le vin, la vérité » – n'est pas exacte. S'il agit comme un désinhibiteur puissant qui prête en effet à la spontanéité et à la confidence, l'alcool n'agit pas comme un catalyseur efficace aux perceptions médiumniques ! Il est même dangereux de s'adonner à quelque pratique ésotérique que ce soit sous l'emprise de l'alcool ou d'autres stupéfiants. Le vin, les drogues ou toute autre substance narcotique permettent en effet, dans un premier temps, de nous affranchir des peurs ou de toute autre émotion contradictoire au lâcher-prise. Mais, pour reprendre une métaphore que je trouve parlante, vous ouvrez ensuite la porte de chez vous à n'importe quel visiteur plus ou moins bien intentionné ! Non pas que l'Univers soit pourvu de mauvaises intentions, mais le nombre de présences auxquelles vous pourriez être confrontés, ou d'âmes encore en errance et en souffrance, pourrait altérer votre équilibre énergétique et émotionnel. Comme l'alcool ou les drogues ne nous permettent plus de fermer ce champ invisible, nous pouvons bien vite nous trouver envahis et sans défense face à la profusion de manifestations paranormales.

Sur le sommeil, l'alcool agit de la même façon que les anxiolytiques, les antidépresseurs ou encore les antibiotiques et autres anti-inflammatoires : ils ferment hélas définitivement la porte aux songes. Je le déplore, car je sais que la chimie est fréquemment prescrite pour accompagner ceux qui traversent un deuil douloureux et qui, terrassés par la douleur, ne parviennent justement plus à trouver le sommeil. Ils rentrent alors dans un cercle vicieux : souffrant d'insomnies, ils prennent des somnifères ou des anxiolytiques pour parvenir à dormir un peu. Mais il s'agit là d'un sommeil artificiel et en aucun cas réparateur, ce qui a pour effet dévastateur de ne plus permettre au corps de se ressourcer réellement et d'augmenter leur lassitude physique et émotionnelle. Les molécules créent un sommeil « suspendu » et rendent le corps dépendant ; de plus, elles agissent au niveau de nos neurotransmetteurs, qui portent d'ailleurs bien leur nom, puisqu'il n'y a alors plus que très peu de transmission possible avec le monde invisible. Il m'est important de le rappeler à tous ceux qui se pensent punis de quelque réception de signes de l'Au-delà. La chimie freine nos acuités sensibles, de même qu'elle referme doucement la porte à nos intuitions. Je sais qu'elle est bien souvent le seul remède à des états dépressifs sévères et qu'elle permet de traverser les tunnels d'idées sombres et extrêmes. Je dois toutefois le préciser à tous ceux qui n'auraient pas fait le rapprochement entre cet état cotonneux que la chimie crée et le brouillard sémiologique dans lequel il nous place : l'injustice réside dans le fait que c'est précisément à cette triste période que nous avons le plus abondamment besoin de signes et de songes. Comme je le précise souvent à mes consultants, la patience est le maître-mot de l'invisible ; il met tout en branle pour choisir d'autres chemins

possibles que le rêve et se manifester tout de même auprès de ceux qui souffrent de la perte d'un être cher.

Soyez les bons élèves de l'école du sommeil ! Nous n'inventerons aucune nouvelle méthode en notant soigneusement nos rêves sur un carnet au petit matin, puisque cette pratique existe déjà depuis des millénaires dans à peu près toutes les grandes civilisations. Afin de percer le langage et la terminologie particulière utilisés lors des songes, il vous suffit de vous familiariser avec eux en écrivant, chaque matin, l'essentiel des images ou des mots que vous avez reçus durant votre sommeil. Ne tardez pas à le faire ! Le cerveau, qui agit comme un disque dur efficace, efface en général dans les dix minutes qui succèdent au réveil l'ensemble des données recueillies pendant la nuit. Gardez donc votre petit carnet à portée de main, car poser le pied hors de son lit, c'est déjà symboliquement commencer une nouvelle journée et entrer dans la matière. Plus vous répéterez l'exercice, plus vous saisirez les subtilités déposées dans vos rêves : comme l'apprentissage d'une nouvelle langue vivante, à cela près que le monde invisible va puiser dans votre registre référentiel personnel afin de faire du message qu'il vous envoie un signe absolument unique et dont vous seul détenez la clef pour en décrypter le sens.

Alors que je venais de commencer ma nouvelle « carrière » de médium, j'ai eu l'opportunité de rencontrer une femme, médium également, qui réalisait des « lectures de l'âme » et qu'on m'avait chaudement recommandée. Elle me fit allonger sur sa table de soin, comme dans le cadre d'un travail énergétique, pieds nus. Elle posa alors la paume de ses mains en contact direct avec la plante de mes pieds et se laissa traverser par mon énergie afin d'en être une sorte de prolongation. Elle délivrait ainsi les messages qu'elle recevait de

ses guides. J'étais évidemment impatiente d'écouter les messages qui allaient m'être délivrés, car j'attendais des précisions et un éclairage sur la mission spirituelle dans laquelle je venais de m'engager. Je guettais le mouvement de ses lèvres afin de ne pas perdre une syllabe de chaque mot qu'elle allait prononcer. Je peux vous dire que je n'oublierai jamais sa première phrase : « Nous t'avons donné un corps terrestre et tu te dois d'en prendre soin ! » Pourquoi n'allais-je pas l'oublier de sitôt ? Parce que j'ai été incroyablement déçue d'entendre ces mots, moi dont l'ego pensait déjà qu'on allait lui énumérer les grandes missions qui lui incombaient pour aider l'humanité. Je n'ai tout d'abord pas compris le sens de ce message : je venais d'entrer dans ma trentaine, je ne fumais pas, ne buvais pas et je pratiquais une activité sportive ; en somme, je prenais déjà soin de moi ! C'est en entrant dans l'univers médiumnique que j'ai compris l'hygiène de vie impeccable qu'il me fallait conserver afin d'être un canal tout d'abord efficace, mais qui s'inscrive dans la longévité : négliger son sommeil, son rythme de travail journalier, sa santé, entache considérablement les récepteurs que nous sommes tous quant aux signes de l'Au-delà.

Cette anecdote a pour but de vous rappeler, à vous, exactement la même chose : la qualité d'un songe, d'une manifestation sémiologique, dépend de la qualité du récepteur que nous sommes. J'évoque souvent la métaphore du « filtre encrassé » d'appareils ménagers ou électroniques : nous devons régulièrement nettoyer les parasites qui obstruent la fluidité de nos échanges. L'image est parfaite pour évoquer toutes les formes de manifestations sémiologiques et notre propension à être des récepteurs privilégiés. Je compare souvent les médiums, les thérapeutes, à des athlètes de haut niveau : chassez de votre esprit l'image de saltimbanques qui dorment lorsqu'ils y pensent et qui vivent au gré des foyers dans

lesquels on les accueille. L'Univers, dans sa perfection, est d'une rigueur sans faille. Pour être à la hauteur du projet ambitieux qu'il a pour nous dans l'accomplissement de nos missions de vie, nous nous devons de prendre soin de nous.

Entrer dans le sommeil, est, selon moi, un peu comme entrer en religion : c'est se couper du monde qui nous entoure et de ses contingences matérielles afin de prendre le plus beau des rendez-vous, puisqu'il s'agit tout d'abord d'aller à la rencontre de soi. Faire ses vœux, à cette occasion, permet de se recueillir et de s'offrir une communion avec le monde invisible. Le rêve est un matériau sacré au service de la connaissance qui est le plus beau point de rencontre entre notre appareil psychique et notre spiritualité. Nous avons tous la capacité d'y recevoir des signes précieux, si tant est que, tels des moines à la discipline journalière, nous laissions le monde invisible s'y frayer un chemin. J'aime cette idée, sortie de son contexte judéo-chrétien, que Dieu reconnaît chacun de ses enfants et n'en oublie aucun.

Le déjà-vu, une superposition de temporalités

J'ai choisi d'aborder cette énigmatique sensation de déjà-vu juste après le rêve, parce qu'elle fait l'objet, aujourd'hui encore, de nombreuses interrogations. Le cerveau humain est une formidable machine dont nous ne pouvons expliquer que dix pour cent des fonctionnalités. Je le perçois, pour ma part, comme un support efficace, générateur de phénomènes sophistiqués et subtils au service de notre existence. L'âme s'y promène à son gré et y infuse des informations ramenées de ses différentes incarnations afin de nous chuchoter doucement : « Non, tu n'as pas tout oublié… Rappelle-toi ! » Nous avons tous vécu ce sentiment vague, toujours

étrange, de déjà-vu. Vous êtes chez des amis, par exemple, et soudain vous avez l'impression d'avoir déjà vécu cette scène au détail près, au point que tout vous paraît, l'espace d'un instant, absolument prévisible : vous pourriez d'ailleurs anticiper les dialogues à venir ! Il est des situations encore plus frappantes : la rencontre avec un inconnu que vous avez la sensation de connaître depuis toujours, ou encore la visite d'un lieu dans lequel chacun de vos pas semble retrouver un parcours déjà emprunté. Toutefois, ces sensations ne puisent leur origine dans aucun de vos souvenirs personnels.

Je me rappelle une de mes consultantes, Frédérique, qui était partie en famille visiter le château de Montceaux, acquis au XIe siècle par Marie de Médicis. Cette visite, organisée à la dernière minute, semblait bien peu attractive à ses bambins de six et huit ans ! Dès que Frédérique posa le pied sur le domaine, entièrement défiguré par la Révolution française, puisqu'il ne reste qu'une chapelle et des bâtiments d'avant-cour, elle fut traversée par une sensation d'effroi et de désespoir.

– Mais qu'ont-ils fait à mon château ?, s'écria-t-elle, sous les yeux ébahis de son mari qui se demandait à qui elle pouvait bien s'adresser.

Durant la visite officielle qui suivit, Frédérique ne cessa d'interrompre ou de contredire le guide pour rectifier ses dires qu'elle jugeait inexacts. Elle mentionna le grand escalier qui menait jusqu'à « sa » chambre et tremblait en se dirigeant vers son emplacement, en constatant qu'il avait été entièrement détruit…

– Je m'étais juré de ne pas mourir dans ce lieu, expliqua-t-elle à son mari qui n'osa pas lui dire qu'il ne comprenait absolument rien à ce qu'elle racontait.

– Anne, me confia-t-elle, je connaissais déjà ce lieu ! Vous, vous allez me croire !

Comme Frédérique, j'ai déjà vécu, à maintes reprises, ces sensations de superpositions temporelles contenues dans une petite poignée de secondes. Ce phénomène, rapporté depuis au moins l'Antiquité grecque, divise les philosophes, les écrivains et les scientifiques depuis autant de temps. Aristote l'attribuait à un trouble psychique, tandis que Saint Augustin, qui fut le premier à le prendre au sérieux, le rangea aussitôt du côté des tentations diaboliques, d'une énième tentation dangereuse destinée à forger des certitudes sur notre immortalité ou sur l'existence de vies antérieures. Il qualifiera donc le déjà-vu de « fausse mémoire ».

Du côté des philosophes, les débats furent âpres également, depuis la notion de souvenir d'une existence passée à la théorie de l'éternel retour du même chez les stoïciens. Le philosophe contemporain italien, Remo Bodei, fait lui un rapprochement entre l'intérêt grandissant pour le phénomène de déjà-vu et les périodes de grandes transformations que nous vivons et les peurs qu'elles suscitent.

Pour les psychanalystes, il s'agirait plutôt d'un souvenir refoulé. C'est évidemment Freud qui, le premier, précise que le déjà-vu est la remontée d'un souvenir jeté dans les tréfonds de l'oubli afin de cacher un traumatisme ou un fantasme inacceptable pour notre grand censeur qu'est le surmoi. La culpabilité ou la volonté d'améliorer notre situation seraient ainsi les moteurs de ces productions psychiques. À la lumière de ces théories freudiennes, que penser du désir inconscient de Frédérique devant son château en ruine : désir inavoué de souveraineté ? Culpabilité quant à la splendeur et ses décadences ? Quand on sait dans quelles

conditions terribles Marie de Médicis a terminé ses jours, malade et presque emmurée dans sa chambre, je m'interroge tout de même sur la réelle volonté refoulée de Frédérique d'améliorer inconsciemment sa situation, comme le suggère Freud !

Il faut savoir que l'expression « déjà-vu » a été créée par le philosophe et médium Émile Boirac en 1876 et qu'elle a été consacrée telle quelle puisqu'elle est conservée en français dans tous les textes en langues étrangères. Au XIXe siècle, le phénomène devient en effet un must de Charles Dickens ou encore Chateaubriand qui en était obsédé. Pour Marcel Proust, cette sensation semblait dire, comme un incroyable défi laissé au temps qui passe : « Saisis-moi au passage si tu en as la force, et tâche de résoudre l'énigme de bonheur que je te propose. » Le déjà-vu pose finalement un défi terriblement excitant sur la notion inexorable de la temporalité. En effet, si nous sommes capables, en quelques millièmes de secondes, de rattraper le temps, ce dernier n'apparaît plus aussi invincible qu'on le dit ! Le déjà-vu nous laisse dans le même état qu'après une course échevelée : on vibre, on a la tête qui tourne, on sent une montée d'adrénaline à l'idée d'avoir fait se réunir deux réalités sur un même plan. Nous avons la sensation d'avoir remporté une petite victoire sur le temps.

Le temps et son stockage de souvenirs, voilà l'axe de réflexion qui a animé, pour sa part, le corps scientifique. Il faut préciser que la science ne s'intéresse au phénomène du déjà-vu que depuis une petite trentaine d'années. On lui attribua d'abord une origine cérébrale, et non visuelle, comme nous aurions pu le présupposer, puisque des personnes non voyantes ont rapporté également avoir vécu cet étrange phénomène.

C'est en travaillant sur l'épilepsie qu'un neurologue français, Fabrice Bartolomei, a mis en cause la zone du cerveau limbique,

impliquée dans la mémoire autobiographique. Cette zone est chargée d'enregistrer la nouveauté d'une action, juste avant qu'elle ne soit mémorisée par l'hippocampe. La science expliquerait le déjà-vu par une sorte de « panne » de cette zone qui provoquerait un dysfonctionnement cérébral. Il s'agirait donc d'une sorte de trouble de la mémoire qui ne classifierait pas correctement les informations mémorisées. Nous possédons tous en effet une mémoire immédiate, qui se charge de stocker les numéros de téléphone, la liste des courses ou des formules mathématiques, et une mémoire longue, qui enregistre les événements de notre vie sur le long terme. Si un souvenir immédiat venait à se loger accidentellement dans la mémoire longue, notre cerveau, au moment de revérifier l'information qui vient d'y être déposée, se tromperait à son tour. Il ne faudrait à ce dernier que quelques millisecondes pour effectuer cette action, mais il l'interpréterait comme un souvenir ancien, créant ainsi un « faux souvenir ».

Le docteur Jean-Pierre Vignal, médecin au CHU de Nancy, a montré quant à lui qu'on pouvait reproduire la sensation de déjà-vu en stimulant électriquement la zone concernée. Selon lui, il ne s'agirait donc ni d'un vrai ni d'un faux souvenir, mais d'une reconstruction totale de souvenirs.

Les dernières expériences scientifiques en date concluent que le déjà-vu ne serait pas un dysfonctionnement du cerveau, mais au contraire l'outil parfait pour vérifier que la situation présente est bel et bien différente de ce qu'on a l'impression d'avoir déjà vécu. En d'autres termes, il s'agirait d'une sorte de « filtre contre les faux souvenirs », puisque le simple fait d'éprouver ce phénomène indique que le cerveau vérifie ses souvenirs et toutes les données qu'il reçoit, prouvant alors sa bonne santé.

Toutefois, malgré ces pistes rationnelles, rien ne peut encore expliquer la cause de ce « bug » du cerveau. Le stress, la fatigue et une forte anxiété sont les contextes privilégiés du déjà-vu, mais trente pour cent de la population déclare n'avoir jamais vécu une telle expérience. Par ailleurs, comment expliquer la participation sensorielle largement étendue, comme le goût, l'odorat et les perceptions auditives, qui y est liée ?

*

Cette superposition inexpliquée de temporalités qui se chevauchent soudain ne cesse de fasciner et d'interroger nos nouveaux dramaturges : les cinéastes. Beaucoup d'entre eux ont abordé le phénomène de déjà-vu, en faisant de lui le personnage principal de leurs fictions : *Un Jour sans fin*[3], le fameux *Fight Club*[4] ou l'iconique *Matrix*[5] dans lequel la réalité perçue par la plupart des humains est en fait une simulation virtuelle appelée Matrice… Le déjà-vu serait un bug de cette machine douée d'intelligence ? Cette piste futuriste d'accessibilité à une autre dimension puise sa source dans les explications avancées par les parapsychologues pour expliquer le déjà-vu.

La première nous ramène à l'univers du rêve et les différents plans auxquels il nous permet d'accéder. C'est le psychologue suisse Arthur Funkhouser qui, au cours de ses observations, a pu préciser que l'on pouvait distinguer finalement trois impressions différentes lors de cette expérience particulière : le déjà-vu, le déjà-senti et le déjà-visité.

Il pourrait tout d'abord s'agir du souvenir d'un rêve prémonitoire qui viendrait s'inscrire dans la réalité concrète comme une deuxième empreinte d'une information qui nous aurait déjà été délivrée de

façon nocturne. Il pourrait également s'agir d'une réminiscence d'un voyage astral qui s'alignerait soudain avec les événements en cours. Il faut préciser en effet que lorsque notre corps astral, en se séparant de notre corps physique de façon volontaire ou non, a accès à d'autres dimensions, il se libère de toute notion d'espace et de temps : nous pouvons alors avoir accès à des banques d'informations qui concernent notre passé comme notre futur.

Le déjà-vécu et le déjà-senti revêtent bien souvent des messages aussi subtils que l'apparition du phénomène en lui-même ! Je dois, pour illustrer mon propos, vous parler de mon rapport avec un basique de notre garde-robe : le jean. Bien qu'issue d'une famille extrêmement modeste pour qui les fins de mois étaient des paris improbables, porter un jean – pourtant bon marché – n'était pas envisageable : mes parents l'associaient au code vestimentaire des « loubards à moto ». Au grand désespoir de mon frère et moi… Il a fallu attendre ma révolution personnelle d'adolescente pour acheter avec mes propres deniers mon premier jean à l'âge de seize ans. De nombreuses années plus tard, mes nuits ayant toujours été fécondes de signes et de messages, je me vis en train d'enfiler une paire de jeans en me contorsionnant péniblement pour pouvoir rentrer dedans ! À mon réveil, je souris en associant immédiatement ce rêve à la difficulté que j'avais eue à m'approprier ce vêtement. Or, je rencontrai, quelques semaines plus tard, un homme qui se trouvait être commerçant, spécialisé dans le prêt-à-porter féminin… En analysant différemment mon rêve, je compris qu'il s'agissait d'un songe pour m'avertir et me préparer à cette rencontre qui allait en effet marquer ma vie affective. Je remerciai l'Univers pour la confirmation de cette relation naissante et je me laissai porter par elle. Cet homme proposait dans ses boutiques tout ce que ma défunte mère aurait exécré ! Des vestes et pantalons en jean de

toutes tailles, coupes et coloris. Alors que je le rejoignais dans sa boutique à la fin d'une journée bien remplie, ce dernier me désigna du doigt un sac gentiment préparé à mon endroit.

– Essaie ! Ce sont les jeans slim taille basse que je viens de recevoir, tu vas adorer !, me dit-il, tout en restant concentré sur sa comptabilité journalière.

Dans la cabine d'essayage, troquant mon pantalon de tailleur contre un jean de sa sélection, je sentis en un instant les deux scènes se superposer : je me revis dans la même posture, la même sensation, à me contorsionner de façon maladroite pour tenter de remporter la guerre contre un jean décidément trop petit. Je pouvais sentir mes jambes comprimées comme dans un garrot, mes cuisses oppressées dans la matière trop élastique ; j'avais exactement le même panorama que dans la scène vécue dans mon songe. J'éprouvais aussi le même étouffement, ce coup de chaud dû à l'effort malgré le petit filet d'air froid qui pénétrait par le bas de la cabine d'essayage. Je sus alors que j'avais déjà vécu cette scène auparavant, comme si le film de ma vie avait rejoué un épisode déjà inscrit dans le grand plan de l'Univers. Je compris que ce moment n'avait rien d'anodin, de même que la relation dans laquelle je m'engageais : il s'est avéré que l'ouverture d'esprit de mon ancien compagnon pour mon métier et l'univers ésotérique était aussi étroite que ce jean essayé quelques semaines plus tôt !

Mes guides, ce jour-là, ont employé des images, des rêves, pour m'avertir des difficultés que j'allais éprouver pour trouver ma place au sein de ce couple : le jean était devenu le symbole de toute mon histoire à venir. Ce qui me fit sourire immédiatement, c'est de trouver un point commun entre ma mère et ce compagnon, qui ne se sont par ailleurs jamais rencontrés. Alors que, pour l'une, le jean était signe de négligence et de vie marginale et que, pour le second, il

était au contraire le produit phare et dans l'air du temps de son commerce, ils partageaient tous deux le même regard étroit et inquisiteur sur la médiumnité et ce qu'elle pouvait représenter idéologiquement. Mon expérience de déjà-vécu pouvait s'analyser et se comprendre à des niveaux de lecture tellement subtils et différents que je savais que le matériau d'informations qui avait été déposé dans ma psyché provenait d'une autre « intelligence » que la mienne. J'avais surtout fait un bond dans le temps qui m'avait permis de mettre l'accent sur un acte majeur de mon chemin de vie.

Je ne peux pas parler de cet effacement du monde spatio-temporel rencontré dans le déjà-vu sans évoquer l'incursion dans d'autres plans subtils par un biais différent de l'univers onirique : celui des expériences de mort imminente. Autre phénomène encore méconnu et qui divise violemment les scientifiques… Toutes ont été rapportées par des personnes confrontées à un danger mortel – arrêt cardiaque, traumatisme cérébral ou chirurgie lourde – ou non mortel, au contraire – sommeil, prise de drogue ou syncope.

On doit beaucoup aux recherches du médecin américain Raymond Moody sur la survie de la conscience après la mort clinique du corps relatées et à son ouvrage *La Vie après la vie*[6] qui a permis à de nombreux témoins d'oser se manifester et raconter leur expérience similaire de mort imminente (EMI ou NDE pour *Near Death Experience*) : sensation de flotter au-dessus de son corps, constat d'une lumière au bout d'un tunnel, sentiment de grand bien-être, rencontre avec des proches disparus. Parmi ces étapes qui n'offrent visiblement aucune chronologie fixe, beaucoup de ces « expérienceurs » reçoivent des informations sur leur vie terrestre à venir.

La sensation de déjà-vu, par extension, pourrait être une réappropriation de données rapportées d'une autre temporalité sur lesquelles un accent tout particulier serait mis : je les considère souvent comme une ponctuation invisible dans la phrase linéaire de l'existence. Elle est un signal pour nous alerter sur le fait que la scène que nous sommes en train de vivre n'est sans doute pas anodine. Sur la grande réglette du temps, elle peut nous avoir déjà été montrée, par le biais des songes, des voyages astraux ou des expériences aux confins de la mort physique, ou bien sans que nous ayons utilisé de véhicule conscient ou inconscient : le déjà-vu surgit au détour d'une conversation, d'un lieu que nous visitons ou d'une rencontre que nous faisons.

Ce que nos guides peuvent nous permettre d'anticiper en soulignant leur importance au moment où ils se produisent, ils peuvent également l'exhumer avec force du passé, et plus précisément de nos vies antérieures.

N'avez-vous jamais éprouvé une étrange familiarité à l'égard d'un visage tout juste rencontré ? N'avez-vous jamais été transporté à l'écoute d'une voix qui semble faire partie de votre paysage auditif depuis toujours ? N'avez-vous jamais eu pour projet de quitter votre pays d'origine afin de migrer vers un autre pays en ayant finalement l'impression de rentrer chez vous ?

J'ai reçu à mon cabinet Patricia, une élégante quinquagénaire parisienne, qui souhaitait orienter sa séance autour d'un luxueux appartement haussmannien qu'elle venait d'acquérir. Elle tremblait en me montrant les photos qu'elle avait prises à la va-vite pour avoir mon ressenti sur le lieu. Bien que les pièces fussent encore remplies de cartons et d'objets à déballer, je vis immédiatement un autre décor s'animer, une brigade de domestiques s'activer dans les

couloirs. Ces ressentis font partie de mes facultés médiumniques et je n'étais pas étonnée de découvrir ces différentes protagonistes du passé qui avaient laissé leur empreinte énergétique et émotionnelle dans cet appartement, qui en conservait donc la mémoire. Mon regard fut toutefois intuitivement attiré par la photo d'une des chambres, et il me fallut quelques minutes pour distinguer ma vision médiumnique de la photo prise la veille par ma consultante.

– Patricia, mais vous êtes, cette fois encore, la propriétaire des lieux !, lui dis-je sous l'effet de la surprise.

Ma phrase aurait pu paraître énigmatique, mais Patricia, comme soulagée par mes propos, surenchérit aussitôt :

– Oui ! Vous comprenez, il fallait que j'achète à nouveau cet appartement. Dès que j'ai posé le pied sur ce parquet patiné par les années, j'ai failli faire un malaise : prise de vertige, j'ai eu un tel mouvement de recul que l'agent immobilier chargé de la visite s'est précipité pour anticiper ma chute. J'ai reconnu aussitôt l'odeur caractéristique de la térébenthine dont ma femme de chambre se servait pour raviver le blanc de mes cols en dentelle. Seulement, quand j'ai fait la réflexion à l'agent immobilier, ce dernier m'a reprise en disant que la peinture qui avait été utilisée pour rafraîchir les murs était sans odeur ! Plus j'avançais dans ma visite, plus je savais que ce lieu m'avait appartenu. J'étais tenaillée par cette sensation de déjà-vécu, par la réunion de deux époques qui se superposaient sans que je puisse y trouver de relation logique. Cette chambre dont vous tenez la photo entre vos mains, Anne, c'était déjà ma chambre, vous me le confirmez ?

Je hochais la tête doucement, comme pour ne pas interrompre le fil de son récit.

– J'y ai ressenti tellement de chagrin, tellement de larmes et d'attente. Malgré cette vague d'émotions et de mélancolie qui me

submergeait, je ne pouvais pas quitter cette pièce, qui revêtait davantage des airs de mausolée que de chambre à coucher. Pouvez-vous me dire pourquoi ?

La voix de Patricia résonnait comme un appel à l'aide.

– La térébenthine servait en effet à vos cols en dentelle, ma chère Patricia. Votre femme de chambre tentait d'en ôter les taches de peinture que vous déposiez dessus ! Votre chambre était aussi votre atelier artistique : vous peigniez, vous dessiniez et vous écriviez, également. Vous avez aimé follement un homme qui, pour une raison que j'ignore, était loin de vous. Lui écrire, créer des toiles et le dessiner était votre seule façon de garder le contact avec lui. Cet endroit a finalement été tout autant un écrin de créativité qu'une tour d'ivoire. L'acquérir à nouveau peut être un piège dans la mesure où vous pourriez instinctivement reprendre un mode de vie similaire à celui que vous avez vécu dans une vie antérieure : la créativité sans l'ouverture sur le monde, le faste sans la joie, l'amour et l'absence.

Patricia eut un petit mouvement de recul avant de me confier :

– Je ne vous ai pas précisé mon métier… Je dirige une grosse galerie d'art parisienne et j'expose de jeunes artistes étrangers pour mettre en avant leur potentiel. Mon mari est russe et souvent absent, car il voyage énormément pour ses affaires. Je suis très émue de constater que j'ai repris les grandes lignes de cette vie passée : alors que nous pourrions nous envoyer mille messages électroniques, j'ai toujours autant de plaisir à prendre une feuille de papier et un stylo-plume pour lui dire combien il me manque… Anne, j'ai une question : quelle est donc ma mission vis-à-vis de ce lieu que je reconnais ? Même si je sais que j'y suis probablement morte, j'avais besoin de l'acheter à nouveau, c'était plus fort que moi. Je n'ai même pas cherché à en négocier le prix tellement j'avais peur qu'il ne m'échappe à nouveau…

– En effet, je ne vous vois pas de descendants, Patricia ; le bien ne s'est donc pas transmis de façon transgénérationnelle. Revisiter ce lieu a réactivé votre mémoire akashique ainsi que toutes les déceptions et le sentiment d'inachevé qui restent imprégnés tant dans votre âme que dans ces murs. Vous vous êtes lancé un défi en rachetant ce lieu : vous avez une mission de bonheur à accomplir. Votre sensation de déjà-vu a agi comme une sonnette d'alarme concernant les écueils passés ; il vous appartient de vous autoriser à créer de nouveau, à peindre encore. Se souvenir qu'on est probablement mort de solitude et de chagrin, c'est se promettre de placer l'amour avant tout autre priorité !

Je sentais Patricia très émue par ces mots, comme si, au fond d'elle, elle savait parfaitement à quel chapitre de sa vie passée je faisais allusion.

– Je suis tenaillée par la peur qu'il arrive un malheur à mon mari et que je ne puisse jamais le revoir ni lui dire au revoir. Il va falloir que je fasse tout ce qui est en mon pouvoir pour que nous nous organisions autrement et que la distance ne soit plus ce diable prêt à nous séparer définitivement. Merci pour vos précieuses confirmations.

Une sensation de déjà-vu peut prendre ancrage dans n'importe quel support du quotidien afin de nous enjoindre à marquer une pause sur les actions que nous entreprenons. J'évoque souvent les difficultés qu'éprouvent nos chers disparus ainsi que nos guides à attirer notre attention dès lors que nous sommes dans des tâches quotidiennes et répétitives. Par le prisme réduit d'un son, d'une vision ou d'un lieu, ils font se joindre, dans un laps de temps suspendu, deux plans, deux situations analogues déjà vécues ou que nous serions amenés à vivre. Un peu comme si, lors d'une

marche rapide, une présence invisible nous retenait par la manche pour nous forcer à ralentir le rythme et à considérer le décor qui se déroule autour de nous.

J'aime évoquer également ce que j'appelle nos retrouvailles avec les membres de notre famille d'âmes ; nous avons tout oublié de leur mission dans la vie que nous nous apprêtons à vivre à leurs côtés ici-bas. Ils peuvent glisser dans notre existence pour quelques petites semaines, comme s'inscrire pour de nombreuses années. Ils peuvent être un frère, un mari ou votre meilleure amie ; ils peuvent être au contraire vos pires ennemis pour devenir vos meilleurs enseignants. Nous avons tout oublié de la grande distribution des rôles de notre incarnation ; seules nos réminiscences, dont le déjà-vu, peuvent nous permettre de nous reconnecter automatiquement à ces compagnons d'armes.

Avoir la sensation de connaître une personne depuis toujours, parler avec elle cinq minutes avec la même fluidité qu'au cours d'un dialogue avec sa meilleure amie, voilà les signes d'une connexion passée. Les parapsychologues parlent de phénomène de diapason ; il se produirait lorsque les fréquences qu'émettent nos différents corps – physique, mental, intellectuel et spirituel – entrent en résonance temporairement avec les fréquences des personnes qu'elles croisent, qu'elles soient vivantes ou non. Dès lors que vous entrez en résonance avec une âme avec qui vous avez un passé karmique commun, vous pouvez déclencher le phénomène de déjà-vu ou de déjà-vécu.

Même si l'on sait que le célèbre « coup de foudre » pourrait être expliqué scientifiquement par la sécrétion de la dopamine et des endorphines afin de nous plonger dans un état de bien-être, il ne faut pas oublier qu'il est, avant toute chose, un choc violent qui provoque instantanément un mélange de bonheur et de souffrance.

La magie de rencontrer l'autre se superpose à la peur de le perdre et au besoin instantané de le retrouver aussi vite que possible. Je trouve beaucoup de similitudes entre le petit état de choc dans lequel le déjà-vu nous laisse et l'expérience du coup de foudre. Ces deux expériences nous installent, de plus, dans une espèce de temps suspendu ; nous serions incapables d'estimer le nombre de secondes ou de minutes qui ont glissé sur le cadran de notre montre au moment de la rencontre de ces deux réalités sur un seul et même plan.

C'est Paulo Coelho qui écrivait que « les rencontres les plus importantes ont été préparées par les âmes avant même que les corps ne se voient ». Les retrouvailles des âmes sœurs nous embarquent sur des chemins d'apprentissage et de résilience de nos dettes karmiques passées envers ceux que nous retrouvons, encore et toujours, afin d'évoluer et de grandir. Qu'il s'agisse d'une sensation de déjà-vu, de déjà-senti ou de déjà-visité, le monde invisible a ce talent de savoir froisser notre réalité temporelle par un petit signe qui suspend tout d'un coup notre vie terrestre en créant un écho sur une situation en apparence anodine.

Je ne saurais que vous conseiller de procéder de la même façon qu'avec la consignation minutieuse de vos rêves : notez vos expériences de déjà-vu dans votre carnet des rêves, car elles sont aussi volatiles que ces derniers, car elles arrivent de manière impromptue et sans logique apparente dans notre quotidien. Le cerveau, qui ne saura pas où ranger cet événement particulier dans sa classification rigoureuse, aura tendance à les déposer dans les dossiers « en souffrance », juste à côté des dossiers dans l'oubli. Comme pour l'interprétation de nos rêves, la patience est une vertu à décliner en toutes occasions. Demandez-vous simplement

pourquoi un focus a été fait sur une situation, une personne ou encore un lieu ; consignez les mots prégnants, les sensations que vous avez éprouvées et le contexte de votre déjà-vu. L'Univers saura le relier, en temps utile, au message sous-jacent qu'il est venu vous déposer.

Les scientifiques ont raison de parler de mauvaise gestion de nos souvenirs de la part de notre cerveau : si le déjà-vu est la réminiscence brutale et immédiate d'événements et de situations que nous avons déjà vécues ou que nous allons vivre, comment parvenir à traiter cette information de manière linéaire ?

Nous ne sommes jamais seuls sur notre route terrestre, bien qu'ardue et jonchée d'obstacles. Je sais l'effort perpétuel que déploient nos guides afin de nous permettre de nous souvenir et de comprendre le sens de notre incarnation.

Cela me rappelle d'ailleurs, comme un clin d'œil à nos anges tutélaires, cette réplique de Denzel Washington à Paula Patton dans le film de Tony Scott *Déjà vu (2006)*. Alors qu'il voyage dans le temps afin de comprendre les causes d'une explosion, un enquêteur s'éprend d'une jeune femme qu'il sait vouée à se faire assassiner. L'acteur demande alors à la jeune femme : « Et si vous deviez dire à une personne la chose la plus importante du monde tout en sachant qu'elle ne vous croira pas… Que feriez-vous ? » « J'essayerais », lui répond l'actrice.

C'est précisément ce que le monde invisible, notre cohorte céleste, ne cesse jamais de faire avec les élèves dissipés que nous sommes : essayer, encore et toujours de nous avertir et nous guider.

Les synchronicités, signes matériels de nos interlocuteurs invisibles

Vous connaissez sans doute la terrible histoire de Natascha Kampusch, cette jeune autrichienne qui fut enlevée sur le chemin de l'école le 2 mars 1998. Ce jour-là, la petite fille de dix ans qui se rendait seule à l'école pour la toute première fois croisa sur sa route un prédateur, Wolfgang Priklopil, qui l'enleva et la séquestra dans une petite cave de cinq mètres carrés, près de Vienne, spécialement conçue pour sa future captive, dans les entrailles de son pavillon bourgeois. Il la garda prisonnière pendant huit ans et demi, jusqu'à ce qu'elle parvienne enfin à réunir son courage et à saisir l'opportunité de s'enfuir. De la psychologie tourmentée et des intentions de son ravisseur, personne ne sut jamais rien, puisque Priklopil se suicida le jour même de l'évasion de Natascha. Le livre *3 096 jours*[7] est en quelque sorte le carnet de bord de la jeune autrichienne qui témoigne, de façon bouleversante, de sa traversée inimaginable dans les confins de l'horreur et de sa volonté de ne jamais se laisser briser par son oppresseur. Je garde un souvenir ému du récit de Natascha Kampusch, mais plus particulièrement d'une anecdote concernant la façon dont elle éclaire le lecteur sur ses journées de captivité infernale. Elle avait demandé à son ravisseur des livres, que ce dernier avait finalement consenti à lui donner. Parmi les quelques classiques qu'il avait mis à sa disposition, Natascha en dévora un qui devint son repère : *Alice au pays des merveilles*[8] de Lewis Carroll. Elle explique avoir été fascinée par ce récit qui fut sa meilleure arme de défense pour ne pas sombrer dans l'état de conditionnement imposé par Priklopil. Je ne peux que souligner l'étonnante synchronicité que représentait l'histoire d'Alice et celle de Natascha ; j'imaginais la jeune fille, dans les cavités souterraines de la maison viennoise, se plonger dans la fable absurde d'Alice s'engouffrant elle-même dans le profond terrier du Lapin blanc.

Si je reprends la définition jungienne de la synchronicité, qui la distingue de la coïncidence par le fait même de son caractère mystérieux et de son sens au moment où nous la recevons, cet exemple en est une belle illustration. Le lien entre Natacha Kampusch, prise dans les griffes d'un prédateur et enfermée dans une cave, et d'Alice, profondément endormie, qui tombe dans un puits très profond, est stupéfiant. Ce que je trouve plus étonnant encore, on peut le percevoir si l'on se penche plus précisément sur les personnages qui composent le « pays des merveilles » dans lequel Natascha Kampusch aimait se réfugier de façon imaginaire.

On y croise en effet la chenille Absolem, détenteur de la sagesse, du savoir et de la connaissance du passé, du présent et du futur. Ce personnage qui pose cette question cruciale à Alice : « Qui es-tu ? » est tantôt fou, tantôt instruit et sage, drôle puis inquiétant ; il incarne symboliquement l'omniscience et l'omniprésence. Mc Twisp, le lapin blanc qui court sans cesse en criant « Enr'tard, en r'tard, je suis encore en retard ! », est celui qui relie le monde réel d'Alice au monde imaginaire ; une chimère que la petite fille suit sans raison. Mc Twisp, c'est le gardien de notre temps terrestre, celui qui nous rappelle sans arrêt, avec sa montre à gousset, le temps qui passe. N'oublions pas le chapelier toqué qui prétend avoir réussi à « tuer le temps », le chat de Cheshire, un sourire vissé sur le visage, qui incarne la folie par son langage incompréhensible ! Il aime disparaître sans prévenir et nous laisser pour seule empreinte son sourire mystérieux.

Le pays des merveilles de Carroll ressemble à s'y méprendre à l'inconscient collectif décrit par Jung, l'*Unus Mundus*, cette autre dimension hors de l'espace-temps, à la fois mémoire de l'humanité et âme de l'Univers à laquelle nous serions tous reliés par notre inconscient personnel. Une synchronicité serait ce pont invisible jeté

par nos guides et nos défunts entre notre vie terrestre et cet autre plan de conscience afin de nous éclairer.

Natascha Kampusch a utilisé sa lecture d'*Alice au pays des merveilles* comme un moyen de transport. La vie de Natascha dans sa cellule n'en était pas moins folle ni terrifiante que celle d'Alice, son double imaginaire projeté dans un univers suspendu et fou ! Dans le récit de Carroll, Alice parvient à s'extraire de ce monde fou et imaginaire, au temps suspendu, en traversant un miroir et en sortant de son rêve : c'est précisément à cette perspective d'échappée belle que Natascha s'est accrochée, plus de huit années durant, avec la certitude désormais chevillée au corps qu'elle retrouverait un jour sa liberté.

Il faut rappeler que, selon Jung, les synchronicités ou « coïncidences signifiantes » se créent parce que nous sommes tous reliés à une sorte de supraconscience cosmique par notre inconscient personnel. Cet inconscient collectif se constituerait des « centres d'énergie psychique potentielle » que Jung appelle des archétypes. Si l'on fait une liste exhaustive de ces archétypes, on y retrouve toutes les structures de notre psychisme, comme notre moi, notre inconscient, notre côté féminin ou masculin ; ils représentent des thèmes, des mythes, des images symboliques et tous les rêves de l'humanité : on y retrouve la figure de la mère, de l'ange, du diable, de la famille, de la haine ou de l'amour, parmi tant d'autres. Exactement comme le fameux pays des merveilles de Lewis Carroll qui compile à la fois une petite fille rêveuse, une reine bipolaire, un chapelier fou et un lapin pressé. Ce grand tout, ces archétypes, sont situés à la lisière de l'esprit et de la matière et se catalysent alors sous forme de synchronicités.

Si pour les rêves, les songes et les sensations de déjà-vu, le dépôt sémiologique se fait par le biais de notre psyché, c'est par l'univers objectif extérieur que les synchronicités se manifestent. Elles agissent bien souvent comme une relation en miroir – qui nous fait encore penser à Alice – entre notre état psychique du moment et notre univers objectif extérieur.

Quel que soit le nom que nous donnons à cette « supraconscience cosmique » que je nomme pour ma part monde invisible ou grande bibliothèque de l'Univers, la synchronicité est le signe matériel et extérieur le plus élaboré que nous puissions recevoir de la part de nos interlocuteurs invisibles parce qu'il requiert un parfait timing pour nos guides et nos chers désincarnés pour agir dans notre monde terrestre. Une synchronicité, c'est une pensée traversante, un problème qui nous hante et qui trouve tout d'un coup un écho percutant, une résonance immédiate… sous nos yeux. Je ne cesse de m'émerveiller du pouvoir extraordinaire de l'Au-delà pour coordonner des rencontres et créer de « formidables hasards ». En organisant des dîners en famille ou des retrouvailles amicales, malgré nos invitations mentionnant le lieu et l'heure, les coups de fil que nous prenons le temps de passer, la familiarité que nous avons avec nos invités, nous ne parvenons jamais à commettre un sans-faute : il y a toujours un retardataire, quelqu'un qui s'est égaré ou qui déclare forfait… Alors que le monde invisible nous convoque avec la précision d'un horloger aux grands rendez-vous de notre existence.

Avant d'aborder les différents types de synchronicités auxquelles nous pouvons être confrontés, je me dois de vous rappeler les ingrédients essentiels de la recette magique qui composent nos coïncidences signifiantes. Prenons pour exemple celle que j'ai vécue récemment lorsque j'ai déménagé, après de nombreuses

recherches, dans un joli petit appartement en banlieue parisienne, ayant précisément pour adresse « route de la Reine » : c'est le prénom que portait ma grand-mère maternelle que je n'ai jamais connue, mais qui compta parmi les premières apparitions médiumniques de mon enfance. Le « hasard » a voulu que je signe le contrat d'auteur de mon premier ouvrage dans le séjour de cet appartement avec mon éditrice, livre qui abordait pour la première fois l'existence de Reine dans ma vie de fillette. Ma grand-mère, une enfant de la guerre qui avait connu les bombes, avait eu un mari, mon grand-père, déporté dans les camps de concentration, et avait mis fin à ses jours un peu avant ses quarante ans. C'est là que les fils du destin synchronistiques s'entrecroisent : c'est Marie-Antoinette qui avait fait construire cette route de la Reine afin de se rendre facilement au château de Saint-Cloud. Elle ne profita de sa « route de la Reine » que deux années, avant son exécution ; je suis restée en tout et pour tout deux années dans cet appartement, parce qu'une partie du bâtiment fut abîmée par une terrible explosion dans le bâtiment mitoyen. Cette explosion, ma grand-mère Reine l'avait déjà connue, enfant, dans sa propre maison à cause d'une bombe allemande. Reine avait trente-huit ans au moment de son décès, Marie-Antoinette trente-huit également, tout comme moi au moment où je fus comme chassée par la terrible explosion que je venais de subir. Trois femmes qui ne se sont jamais croisées, trois vies absolument distinctes, mais une synchronicité frappante autour d'une seule et même route…

Une synchronicité nous bouscule quand elle se charge immédiatement de sens, qu'elle vient puiser dans notre histoire personnelle en rebondissant dans notre quotidien. Dès lors que nous la percevons, elle dépose en nous une forte charge émotionnelle ; j'ai vécu beaucoup d'émotions à penser les liens entre ces vies de

femmes interrompues dans la violence. La synchronicité laisse, par ailleurs, toujours une petite transformation derrière elle. Même si, faute de pouvoir gérer totalement la portée du signe que nous venons de recevoir, nous la mettons de côté, elle continue de nous interpeller et de nous rendre plus alertes au monde qui nous entoure. Enfin, elle intervient dans la meilleure des périodes pour elle : celle du chaos que nos guides savent si bien générer dans nos vies trop linéaires. Puisque nos boussoles ne nous indiquent plus la direction à suivre, elles profitent de cette pause directionnelle pour apparaître et pour revêtir un aspect ludique. Je vous rappelle les mots-clefs synchronistiques : sens, émotion, opportunité, transformation et jeu.

Mes consultants me demandent très souvent comment nous pouvons être certains que les signes que nous recevons ne sont pas de pures créations de nos cerveaux en mal de saveur destinées à pimenter notre quotidien parfois morne. Je leur réponds toujours la même chose : qui est capable d'avoir autant de recul, de subtilité et d'art du jeu dans les instants où notre regard est braqué sur la pointe de nos chaussures ? Qui sait dépasser les chagrins de son quotidien à chaque instant et les transformer en clin d'œil, en caresses bienveillantes ? Le monde invisible est un joueur qui a toujours un coup d'avance et qui fait preuve d'un humour à toute épreuve. La synchronicité demeure pour moi la plus belle forme d'éloquence et de poésie de l'Au-delà.

Prémonitions et clairvoyances

Il existe plusieurs types de synchronicités : les premières sont décalées dans le temps, elles nous projettent dans le futur, ce sont les prémonitions, et les autres sont décalées dans l'espace, ce sont les clairvoyances.

Une des prémonitions les plus célèbres concerne de nouveau Catherine de Médicis. Toute sa vie, la reine aima s'entourer d'astrologues, d'augures et de savants ésotériques qu'elle consultait pour obtenir de précieuses informations, auxquelles elle croyait toujours et qui ont rythmé sa vie. Un soir de 1559, l'astrologue Ruggieri fit apparaître dans un miroir de la souveraine le jeune roi François II qui venait d'accéder au trône et déclara : « Il fera autant de tours sur lui-même qu'il a encore d'années à vivre une fois monté sur le trône. » Sous le regard effaré de la reine mère, son fils aîné fit un tour et disparut. François II mourut en effet l'année suivante.

Une autre prémonition entra dans la légende. Alors que la pleurésie rongeait Catherine de Médicis, qui semblait à l'agonie ce 3 janvier 1589, elle rassura son entourage : un certain Gauric lui avait prédit qu'elle mourrait « près de Saint-Germain ». Catherine se trouvait alors à Blois, loin de Saint-Germain-en-Laye et de Saint-Germain-L'Auxerrois, près du Louvre. Comme elle avait retenu précieusement les dires de son astrologue, cela faisait des mois qu'elle évitait soigneusement ces endroits. Malheureusement, son état de santé se dégradant considérablement, son fils Henri III fit venir un aumônier afin que sa mère puisse recevoir les derniers sacrements. C'était la première fois que Catherine le rencontrait, et juste avant de passer de l'autre côté du voile, elle lui demanda comment il s'appelait : « Je me nomme Julien de Saint-Germain… », lui chuchota-t-il.

Pour illustrer les clairvoyances, ces synchronicités qui sont décalées, elles, dans l'espace, je ne peux qu'évoquer la décision qu'avait prise Camille Flammarion de faire son voyage de noces en ballon dirigeable. Il avait proposé au curé qui avait béni son union de profiter de cette épopée hors du commun, mais Flammarion fut prévenu la veille du départ que l'abbé était parti quelques jours chez des parents, au bord de la Marne. Camille partit tout de même avec son épouse. Mais lorsque l'Univers est en marche, il aime saupoudrer les situations d'humour et de magie : le vent dirigea tout à coup le ballon juste au-dessus du jardin où l'abbé était en train de déjeuner !

Ce qu'il est intéressant de constater, c'est que les êtres, les choses et les événements se trouvent comme reliés de façon acausale et sous-jacente entre eux par le sens et la ressemblance, et non pas de cause à effet, comme on pourrait le penser davantage. Tout autant que nos anges et nos défunts entrent perpétuellement en interaction avec nous et auprès de nous par le biais de signes et de manifestations paranormales, les hommes sont en interaction les uns avec les autres selon le lien qui les unit et les sentiments qu'ils nourrissent les uns envers les autres. Ces pensées, ces vapeurs d'énergies qui émanent de nous, peuvent s'inscrire, elles aussi, comme des petits dépôts sémiologiques tout au long de notre route terrestre. J'ai une pensée toute particulière pour tous les amoureux de cette Terre, ou au contraire pour tous ceux qui tentent de sortir des griffes de relations toxiques et douloureuses…

Je me souviens de l'appel d'une de mes consultantes, Anne-Laure, dont j'apprécie l'humour et l'autodérision, qui me dit un jour entre excitation et désarroi :

– Cela fait plus de deux mois que j'ai enfin réussi à sortir Paul de ma vie, ce pervers narcissique qui m'a tant dévalorisée et humiliée ! J'ai compris qu'il n'était plus possible de conserver aucun lien avec un manipulateur comme lui ; à chaque fois, il retissait des liens de dépendance, plus solidement attachés et douloureux pour moi. Eh bien, figurez-vous que pour célébrer ma victoire personnelle sur ma capacité à être enfin décisionnaire de ma vie, j'ai invité mes copines au restaurant ; au moment de trinquer, j'ai demandé machinalement son prénom au serveur… il s'appelait Paul ! Et depuis cet épisode qui m'a un peu perturbée, je vois ce fichu prénom partout ! Je ne comprends pas. Je n'ai pas assez bien travaillé sur moi ou bien suis-je punie par le Ciel d'avoir aimé cet homme ? Que dois-je comprendre, Anne ?

– Tout simplement que l'énergie d'amour puis d'attachement toxique que vous avez lié avec cet homme perdure encore comme les restants d'une atmosphère passée, d'une énergie qui plane entre vous et qui se dissipe doucement. Pensez à l'image d'une grande toile d'araignée qui vous relie de façon invisible à cet homme. Ce maillage entre Paul et vous retient vos énergies communes passées et vous empêche encore de vous libérer totalement de lui. Tous les petits signes que vous recevez de lui chaque jour sont les manifestations sémiologiques des pensées résiduelles communes qui perdurent sur un autre plan. Si vous n'alimentez plus ce partage, dites-vous que c'est lui qui pense toujours à vous, et que l'Univers vous le montre, tout simplement !

Ce que l'on pourrait nommer communément de la télépathie s'avère réducteur, puisqu'il ne s'agit plus simplement de capter par l'esprit les pensées de l'autre. Non, celles-ci se matérialisent et s'ancrent dans notre quotidien : c'est un nom sur un panneau

d’affichage, une chanson qui se met en route, une conversation surprise à la volée qui fait sens.

Vous pourrez m’objecter que nous observons là l’œuvre de deux consciences vivantes qui sont interconnectées entre elles et qui se répondent par le champ vibratoire qu’ils alimentent l’un pour l’autre. Ceci est tout à fait juste, puisque les synchronicités peuvent se créer entre deux êtres humains qui ont un rapport particulier l’un pour l’autre, de haine ou d’amour. Je pense, par exemple, aux jumeaux qui, dès leur naissance, ont des liens tellement forts qu’ils créent un langage unique et propre à eux. Les synchronicités font d’ailleurs partie de ce langage, elles sont une sorte de ponctuation concrète.

Lorsque Fritz Meinert se blessa grièvement le 2 octobre 1971 alors qu’il se baladait à moto, on cacha à sa sœur jumelle, Emma, le drame qui venait de se dérouler pour ne pas l’inquiéter. Mais, au moment même où son frère eut son accident, Emma, prise de vives douleurs, dut s’aliter. Alors que l’état clinique de son frère empirait, celui de sa sœur se dégradait également. Cinq heures après que Fritz rendit son dernier souffle, Emma, qui ignorait toujours tout du décès de son frère jumeau, succomba à son tour. Ils naquirent et moururent donc exactement le même jour, âgés de quatre-vingt-quatre ans.

Les synchronicités aiment également laisser leur empreinte mystérieuse dans notre arbre généalogique, créant un écho entre ancêtres disparus et descendants, nous laissant une impression de renouveau perpétuel de la lignée – grâce aux naissances – qui puise toutefois ses inspirations dans le souffle du passé. Il est si fréquent de constater qu’un enfant arrive au monde l’année où l’un de ses grands-parents meurt, voire que les jours et mois de naissance et de décès sont identiques, comme si la vie se trouvait symboliquement

rendue d'une génération à l'autre ! L'éphéméride est d'ailleurs un support sémiologique efficace pour honorer les anciens, dans un total « hasard » : je suis née, par exemple, le jour de la Saint-Michel, du prénom de mon grand-père paternel, tandis que ma fille est née le jour de la Sainte-Yvette, prénom de sa tante maternelle ; mon père quant à lui est arrivé au monde le jour de la Saint-David, du prénom de son filleul. Ma mère, quant à elle, est née très prématurément après avoir entendu *in utero* sa mère dire à qui voulait l'entendre qu'elle accoucherait d'une fille pleine de handicaps et de problèmes physiologiques, le jour de la… Saint-Parfait, comme un clin d'œil insolent à une malédiction qu'elle allait s'atteler à rompre.

Vous avez sûrement noté aussi comment des métiers, des carrières jadis abandonnées rejaillissent des générations plus tard, comment des drames se perpétuent, des hommes ou des femmes meurent inexorablement au même âge, dans des contextes pourtant tout à fait différents. La sève familiale ne se répand pas seulement dans les branches de notre arbre généalogique ! Elle laisse, par les synchronicités, des traces tangibles de la connexion éternelle qui subsiste entre les morts et les vivants et qui témoigne de leurs liens, par-delà la vie terrestre. C'est une façon de dire : « La mission qui incombe à la lignée te revient à ton tour, je te la lègue et te rappelle, par ces petits signes, que tu en es le garant et le nouveau dépositaire. » Quand bien même vous voudriez « passer votre tour », je me dois de vous dire que vous devrez malgré tout composer avec les erreurs et les réussites de vos ancêtres et tenter de dépasser avec brio les épreuves auxquelles ils ont malheureusement échoué.

Les lois des séries, un implacable avertissement

Si les synchronicités peuvent être des phénomènes isolés et ponctuels, elles peuvent se multiplier sur le chemin terrestre d'une seule et même personne pour revêtir un caractère prédictif. Ce que l'on nomme la « loi des séries » ou « sérialité » a été étudié par le biologiste Paul Kammerer qui la définit comme la répétition d'événements, de choses ou de symboles identiques et analogues dans le temps. Il est toujours difficile de mettre en exergue l'importance que nous devons accorder à ces lois des séries, dans la mesure où nous en sommes bien souvent les principaux observateurs et qu'elles ne créent de sens ensemble que dans la mesure où nous arrivons à les emboîter comme les pièces inextricables d'un seul et même puzzle. De mon point de vue de médium, elles sont fascinantes, car elles constituent les encouragements ou au contraire les mises en garde les plus appuyées de nos anges tutélaires ; elles répondent à un mécanisme sophistiqué qui échappe bien souvent à notre logique et à notre esprit de déduction.

À un degré d'observation plus élevé, je n'ai de cesse de voir ces lois des séries comme l'accomplissement parfois inexorable du destin. Je mets chaque jour mes facultés médiumniques au service de l'interprétation la plus efficace dans la traduction des synchronicités : ma mission est de tenter de voir au-delà de la courbe et de prévenir ceux qui m'entourent de leur champ d'action possible. Je précise bien « possible », car il subsiste toujours, avant notre libre arbitre terrestre, les grandes lignes consignées dans le cahier de notre incarnation qui scellent les épreuves qui nous attendent, tout autant que les rencontres salvatrices ou destructrices.

Je n’avais que sept ans lorsque les médias se sont emparés d’une affaire criminelle qui laissa la France entière sous le choc : celle du petit Grégory. Pas un journal télévisé sans apercevoir l’air poupin et angélique de cet enfant vosgien d’à peine quatre ans retrouvé dans un bras de rivière devenu son lit mortuaire. Mon goût intarissable pour la recherche de la vérité dans les affaires de meurtre et d’enlèvement a très certainement trouvé son origine dans cette tragédie moderne encore irrésolue à ce jour. Je n’ai eu de cesse, depuis, de me pencher sur les grands dossiers criminels en tentant d’y apporter mon regard médiumnique. Il m’arrive régulièrement, d’ailleurs, de tenir entre mes mains des dossiers que me confient des familles dans le désarroi parce qu’on a arraché la vie d’un de leur proche ou que ce dernier demeure introuvable. Au-delà du deuil, qui est une épreuve longue et douloureuse, il en est une bien plus insurmontable encore : ne jamais connaître la vérité. Un bon enquêteur vous dirait que pour résoudre une affaire criminelle, il faut rassembler de la méthode, du professionnalisme, un faisceau de preuves concordantes et… une part de chance : celle que nous accorde ou non l’Univers.

J’ai choisi d’illustrer ma thématique de la « loi des séries » en remettant en lumière deux affaires criminelles qui n’ont pas forcément occupé le devant de la scène médiatique, mais qui m’ont marquée profondément dans leurs enchaînements positifs ou négatifs de synchronicités.

La première affaire pourrait s’intituler : « Denis Waxin, ou la justice divine enfin en marche ». Ce criminel, pédophile et violeur en série de la banlieue lilloise, n’a que dix-sept ans lorsqu’il entraîne la petite Nathalie, sept ans, dans sa « cabane », alors qu’elle faisait quelques courses pour sa maman. Ce 22 novembre 1985, l’horreur frappa une première fois lorsque Waxin tua cette enfant sur un terrain vague.

Cinq ans plus tard, le tueur récidive. Il attire cette fois la jeune Cathy, neuf ans, en lui proposant des bonbons si elle accepte de le suivre. Le *modus operandi* est le même, tant dans les violences sexuelles que dans la violence du meurtre qui leur succède. Un tueur compulsif est toujours en proie à des pulsions de violence de plus en plus rapprochées dans le temps, et c'est le cas pour Denis Waxin qui repère, le 23 juillet 1992, la petite Nadjia en bas de son immeuble. Quelques minutes suffiront au tueur pour l'emmener sous les yeux effarés de sa cousine, trop jeune pour parvenir à les rattraper. À chaque fois, le tueur choisit pour décor de l'horreur un terrain vague, à l'abri des regards, pour y abandonner ses petites victimes, plongeant les familles dans le choc d'une atroce découverte. Si, pour Nathalie et Cathy, Waxin n'a laissé aucun indice, les policiers retrouvent son ADN sur Nadjia. Les enquêteurs ont la certitude que l'auteur des faits habite Lille ou sa banlieue pour si bien en connaître les endroits déserts et se déplacer si rapidement et discrètement dans les rues de la ville, mais ils n'ont alors aucune piste tangible.

C'est le 6 janvier 1999 que la toile synchronistique du monde invisible va se tendre et revêtir les traits de Julie, une fillette de tout juste six ans. Elle collecte des pièces jaunes dans son quartier lorsqu'elle croise la route de Denis Waxin qui, lui promettant des pièces pour sa collecte, l'emmène à pied jusqu'à une usine désaffectée. La petite Julie, qui comprend le sort que lui réserve ce terrible prédateur, ne devra sa survie qu'à une maîtrise totale de ses émotions pour éviter de « contrarier » son assaillant avec des larmes qu'il dit ne pas supporter. Waxin lui précise par ailleurs qu'il a déjà tué deux petites filles qui n'avaient pas été obéissantes. Des révélations que Julie n'oubliera jamais. Alors qu'il abandonne la fillette non loin de l'usine, il la menace de la tuer si elle décidait de se confier à la police. Julie trouve non seulement la force et le courage

de faire part du terrible viol qu'elle vient de subir, mais elle stupéfait les enquêteurs par sa mémoire photographique hors norme : elle est capable de dresser un portrait-robot précis de son agresseur.

Quelques jours plus tard, alors qu'elle regarde par la fenêtre du domicile familial, Julie aperçoit Denis Waxin qui arpente tranquillement le trottoir sans crainte et qui ose même sourire à la petite fille, terrorisée. La police établit alors une surveillance étroite autour de l'appartement de Julie pour éviter un nouveau drame. Grâce à cette patrouille, un homme ayant une certaine ressemblance avec le portrait-robot établi par Julie est repéré ; l'homme est un marginal avec des accès de violence, les policiers sont donc convaincus de tenir leur homme. Pour obtenir confirmation, les enquêteurs décident d'organiser un « tapissage photographique » afin de le soumettre à Julie. Ils prennent donc une photo de leur principal suspect et ajoutent au hasard cinq autres clichés de leurs archives d'individus interpellés sur les dernières années.

« C'est la photo numéro cinq ! », crie Julie entre deux courses folles dans l'appartement familial comme si elle voulait donner à sa déclaration la même légèreté. Une deuxième fois, en se concentrant davantage, la fillette plante son ongle sur la cinquième photo. Ce n'est pas l'individu qu'ils ont interpellé. Déboussolés, les enquêteurs se plongent alors dans l'historique judiciaire de cet homme choisi par hasard pour le tapissage : il se nomme Denis Waxin, et il a été arrêté le 28 janvier 1999 pour avoir volé des ustensiles de cuisine dans une grande surface. Il est marié depuis de nombreuses années et travaille dans une station-service. On est loin du tueur en série, se disent alors les policiers, presque gênés de convoquer l'homme pour des accusations de viol. Pourtant, tandis qu'elle réitérera ses accusations, Waxin avouera dès les premières minutes de sa garde

à vue être l'auteur de l'agression de Julie. Il est des moments suspendus où les sorts se scellent malgré les mensonges et les ruses. Ce sera le cas pour Denis Waxin.

Le deuxième acte de cette tragédie se jouera dans le bureau d'un jeune juge d'instruction fraîchement nommé à Lille. Parmi la centaine de classeurs qui jonchent son bureau, le premier qu'il va saisir sera celui du meurtre terrible et impuni de la petite Nadjia en 1992, soit presque huit années auparavant. Il transmet à tous ses collègues de la région la liste des chiffres qui caractérisent l'ADN relevé sur le corps de la malheureuse, comme l'on jette une bouteille à la mer. Le fichier national des empreintes génétiques a vu récemment le jour et le juge se dit que l'ADN matchera peut-être avec un autre dossier en cours. L'autre dossier qui l'intéresse ne se trouve pas très loin : dans le bureau juste à côté du sien, pour être plus précis. Dès que son voisin de bureau, qui est juge d'instruction également, reçoit son message, il franchit le seuil de sa porte avec un dossier dont il vient d'hériter tout récemment : celui de Julie et de la comparution de Denis Waxin. Sans ces extraordinaires synchronicités, les meurtres de Cathie, de Nathalie et de Nadjia n'auraient jamais été résolus.

Julie avait raison : le meurtrier n'en était pas à son coup d'essai. Denis Waxin sera décrit par les experts comme un pervers égocentrique cultivant une haine pour ses semblables depuis sa plus tendre enfance ; il sera condamné à la perpétuité avec une peine de sûreté de vingt-neuf ans.

En écrivant ces lignes, j'ai une pensée émue pour toutes les familles qui prient et supplient pour que le monde invisible vienne prêter son concours pour démêler les nœuds inextricables de leurs tragédies humaines. Les mots de Jean Giraudoux me viennent alors

instantanément à l'esprit : « Qu'est-ce que la tragédie ? C'est l'affirmation d'un lien horrible entre l'humanité et un destin plus grand que le destin humain. » Les synchronicités, ces enchaînements miraculeux ou affreusement implacables témoignent de certains rouages inexorablement en marche qui aiguillent nos chemins terrestres, très souvent sans concession. Ce langage sous-jacent est à la portée de tous : les synchronicités viennent très souvent confirmer mes ressentis spontanés, mes « certitudes intérieures » qui soufflent le froid alors que les pronostics semblent bons. Ces certitudes spontanées ne sont nullement l'apanage des médiums ! Elles s'aiguisent et s'affinent dès lors que nous sommes capables de nous taire pour laisser le langage sémiologique s'exprimer. Nous n'avons rien inventé en exacerbant notre sens de l'observation et de l'écoute. L'astrologie est également une pratique fondée sur la synchronicité entre d'une part la position des planètes à la naissance d'une personne et, d'autre part, le caractère ainsi que la destinée de celle-ci, en fonction des conjonctions des astres et des nœuds planétaires. Quand on veut vulgariser le propos, on peut dire que l'on est né sous une bonne étoile. Cette expression sous-tend cette toile de fond qui nous échappe bien souvent et qui nous rappelle que les grands défis de la vie, de même que les plus belles victoires, n'attendent plus que nous.

La seconde affaire que je vais vous exposer maintenant suscite en moi le même sentiment d'impuissance et de rage que lorsque je tente désespérément de me jeter sous les roues du destin pour le faire dévier de sa trajectoire impérieuse. Elle est pour moi l'illustration tristement parfaite de la « loi des séries ». J'aurais tant souhaité que Jeanette O'Keefe ait pu percevoir les enchaînements catastrophiques de ses dernières heures comme des avertissements

impérieux à modifier ses plans pour la Saint-Sylvestre. Elle n'aura jamais vu l'année 2001.

Jeanette est une jeune Australienne de vingt-huit ans, passionnée par la musique, les arts et les sciences. Comme beaucoup d'Australiens de son âge, elle veut voyager avant d'entrer dans la vie active, et c'est en solitaire qu'elle va entamer tout d'abord un tour d'Europe. Sa dernière destination européenne, elle ne l'a pas choisie par hasard : elle ira en France, ce pays qu'elle aime par-dessus tout ! J'imagine que pour pousser le mythe jusqu'au bout, elle a décidé de passer la dernière journée de l'année 2000 dans la ville de l'amour, c'est-à-dire Paris.

Si Jeanette ne manque pas de courage, elle est plutôt timide et n'a lié que peu de contacts amicaux durant ses pérégrinations. Elle s'est tout de même fait une amie, Élise, dans son cours de langues. La jeune Française l'a d'ailleurs invitée à fêter le réveillon de la Saint-Sylvestre en sa compagnie puis à passer les premiers jours de l'année chez elle avant son départ pour les États-Unis. Son second et ultime contact amical en France s'appelle Anthony Martins, c'est un Néozélandais âgé de quarante ans ; leur rapprochement s'est fait à la demande de leur professeur de langues qui est allé voir Anthony en s'inquiétant de l'isolement de la jeune Australienne. Anthony avait donc lié contact avec Jeanette et l'avait même hébergée à plusieurs reprises avant qu'elle ne trouve une place en foyer, à Étampes, en proche banlieue.

Le 31 décembre 2000, Jeanette termine de rassembler ses affaires. Élise lui a donné rendez-vous au métro Mairie-de-Clichy. Elle l'y attendra en voiture, sachant son amie lourdement chargée. Je dois vous rappeler que nous sommes au tout début des années 2000, le téléphone portable n'est pas encore dans toutes les poches : aucun des trois protagonistes n'en possède. Si Jeanette

s’est retrouvée ce soir-là au carrefour d’Hermès, le dieu des voyageurs, ce dernier l’a assurément égarée : voilà près d’une heure qu’Élise l’attend dans sa voiture à guetter les allées et venues autour de la bouche de métro. Jeanette ne viendra jamais. S’est-elle trompée de sortie entre la mairie de Clichy et la populaire place de Clichy ? Nous ne le saurons pas. Élise parviendra à passer un coup de fil au foyer de Jeanette, puisque c’est le seul numéro qu’elle possède, mais son interlocuteur lui confirmera qu’elle a bien quitté le foyer et qu’elle a rendu sa clef.

Jeanette vient de manquer un premier rendez-vous.

Tandis qu’Élise redémarre sa voiture et prend la direction du domicile de sa mère, Jeanette, qui pense sans doute que son amie l’a laissée tomber, appelle alors Anthony. Elle lui explique, dépitée, qu’elle avait rendez-vous avec une amie mais que cette dernière n’est pas venue ; elle ne sait pas où aller et elle n’a plus d’endroit où dormir. Devant l’insistance de Jeanette, Anthony lui fixe à son tour un rendez-vous : à 20 h 30 précises devant un restaurant sur l’avenue des Champs-Élysées. Il est facile d’imaginer le contraste saisissant entre l’ambiance festive qui règne sur cette gigantesque artère parisienne un soir de Saint-Sylvestre et l’attente angoissée de Jeanette, encombrée par son énorme sac de voyage, plantée devant la terrasse du restaurant. La jeune femme aura hélas le temps de s’imprégner de cette foule, puisqu’Anthony ne viendra pas à ce rendez-vous. Ou plutôt si, mais avec une heure et demie de retard. Il avouera, lors de sa garde à vue, n’avoir jamais eu véritablement l’intention de recueillir Jeanette chez lui et de passer le réveillon en sa compagnie : il faut que les policiers comprennent qu’il l’avait déjà invitée à passer Noël et qu’elle n’était pas venue ! Et puis, il l’avait hébergée à son domicile jadis, et n’avait aucune envie de se retrouver à nouveau contraint de passer la nuit dans le canapé

inconfortable de son salon. J'ai écouté les justifications de cet homme lors d'une interview télévisée avec, certainement, le même air médusé que les policiers qui ont recueilli les confessions d'Anthony. Mais son alibi pour la soirée est indiscutable et il est ensuite parti, sur les Champs-Élysées, fêter le réveillon avec ses amis.

Jeanette a manqué son deuxième rendez-vous.

Une ultime issue. C'est sans doute ce que s'est dit Jeanette en composant le numéro de téléphone de la maman d'Élise. J'ose à peine préciser que, par chance, cette dernière décroche son téléphone et lui réitère aussitôt son invitation à la rejoindre dès que possible. Une éclaircie pour Jeanette. Seulement, il lui faut se rendre à la gare de Conflans-Fin-d'Oise, tout au bout d'une ligne de RER qui se divise en un trajet bidirectionnel : il ne faut donc pas se tromper et monter dans le bon train en gare parisienne. La mère d'Élise ne saura jamais si les explications qu'elle a données à Jeanette au téléphone étaient suffisamment claires, puisqu'elle raccrochera mal son téléphone qui sonnera donc « occupé » à partir de cet instant. Les caméras de surveillance ne pourront pas dire non plus si la jeune Australienne a arpenté les couloirs de la station Charles-de-Gaulle, puisque ce soir-là, exceptionnellement, elles ne fonctionnaient pas.

Jeanette vient de manquer son troisième rendez-vous. Le dernier.

Quelles sont les pensées qui la traversent à ce moment précis où elle sent peut-être que tout lui échappe ? Comprend-elle que l'Univers lui crie de faire demi-tour ? Cherche-t-elle encore, envers et contre tout, car la fatigue l'assaille et qu'il ne lui reste plus que quelques pièces dans le fond de sa poche, à se rendre tout de même à cette soirée de réveillon ?

Je ne cesse d'établir des calculs de probabilité, moi qui n'ai pourtant aucun talent mathématique, pour évaluer le risque de Jeanette de croiser, au milieu de la foule abondante et hilare, un tueur. Cet homme, elle va pourtant le croiser, dans le court laps de temps de sa présence sur les Champs-Élysées. Je ne peux évidemment pas m'empêcher de relever la terrible double lecture possible des lieux sur lesquels on a vu Jeanette O'Keefe pour la dernière fois : dans la mythologie grecque, les champs Élysées étaient une partie des Enfers où les âmes vertueuses séjournaient après leur mort… A-t-elle souri à son bourreau ? Lui a-t-elle demandé son chemin ? Nous ne le saurons jamais. Son corps, enroulé dans un sac de couchage, sera retrouvé au petit matin du 2 janvier 2001 par deux gamins qui promenaient leur chien au pied d'une barre HLM, à quarante kilomètres de Paris, aux Mureaux. Jeanette O'Keefe, passionnée d'art et de musique, a rendu son dernier souffle sur le bitume de la cité des Musiciens.

Les enquêteurs de la police judiciaire de Versailles n'ont aucune piste. On ne peut que s'orienter vers un crime dit d'opportunité, avec la triste certitude que l'Australienne a croisé la route d'un homme d'une violence pathologique. Les pistes amicales et relationnelles ont toutes été refermées sans aucun doute possible.

Une des enquêtrices propose pourtant d'établir une liste de tous les hommes célibataires de la cité des Musiciens afin de procéder à des tests ADN et caresser peut-être l'espoir de confondre l'un d'entre eux. Une initiative qui sort des sentiers battus de l'investigation, car elle ne peut se faire que sur la base du volontariat. Les années passent. La liste des hommes célibataires des Mureaux établie par l'enquêtrice comptait cent vingt noms. Cent quatorze hommes se sont, au fil du temps, soumis aux tests génétiques. Quant aux six autres restant, ils voient régulièrement,

dans leur boîte aux lettres, des convocations les inviter à se rendre au commissariat.

Le 2 février 2009, soit plus de huit ans après le meurtre de Jeanette O'Keefe qui a plongé une famille tout entière dans la tragédie, les astres de la justice divine et terrestre vont enfin s'aligner. Adriano Araujo Da Silva, un gaillard métis sud-américain de trente-six ans, oppose un refus d'obtempérer suite à un contrôle routier et fonce sur l'agent de police qui le contrôlait. Il est alors arrêté et ses empreintes génétiques relevées : Araujo figure sur la liste de 2001. Il faisait partie des six individus qui ne s'étaient jamais rendus aux convocations des inspecteurs.

Lors de son procès, en janvier 2012, l'homme niera les faits ; il soufflera simplement avoir rencontré Jeanette ce soir de la Saint-Sylvestre sur les Champs-Élysées. Il faudra un second procès en appel pour qu'Adriano Araujo Da Silva soit condamné à trente ans de réclusion criminelle. S'il n'y a pas de hasard, mais que des rendez-vous, Jeanette en a manqué trois ; le seul auquel elle n'a pas échappé, parmi ces milliers d'âmes grouillant sur une avenue, c'est celui avec l'homme qui allait lui ôter la vie.

Ne voyons pas les lois des séries comme les arbitrages lapidaires d'un monde invisible totalement manichéen et dénué d'empathie. Cela reviendrait à ressusciter l'image d'Épinal du vieil homme barbu, installé confortablement sur son nuage, dont on essuie les coups de colère ou les faveurs, qui provoque les déluges ou les grâces comme dans l'Ancien Testament. Je les vois davantage comme les preuves intangibles d'une histoire humaine qui doit s'accomplir et dont tous les détails ont déjà été réglés. Ne croyez pas que je ne m'insurge pas face à ce que je considère comme des injustices, que je ne tente pas d'intercéder dans le grand plan ! Comment incarner

au mieux son rôle de médium, de messagère, sans induire de réflexions subjectives et dominées par notre inclination naturelle à la subjectivité ? Je constate simplement que les lois des séries sont mues par des énergies qui nous dépassent, elles sont parfois les issues inexorables des chaos dans lesquels nous plongent nos guides qui ont peut-être tenté, auparavant, de nous avertir plus discrètement.

Les nombres et leurs mystères

Aristote et Pythagore sont les premiers à avoir affirmé l'importance des chiffres et des nombres dans la construction de l'Univers créé selon des concepts mathématiques extrêmement logiques. Des structures mathématiques régiraient d'ailleurs le destin de l'univers physique et spirituel. C'est André Warusfel, auteur et normalien qui écrira, des années plus tard dans son ouvrage *Les nombres et leurs mystères*[9] que l'univers des nombres a une cohérence et un équilibre « plus parfaits encore que ceux du mouvement des planètes qui éblouissaient déjà les bergers de Mésopotamie, [ils] sont les signes peut-être les plus purs de l'essence divine de notre pensée. » J'aime à penser que les chiffres, emblème des scientifiques et bien souvent des plus cartésiens d'entre nous, soient régis par des lois métaphysiques qui nous dépassent.

N'avez-vous jamais remarqué la prégnance d'un chiffre ou d'une série de chiffres dans votre vie ? Ceux qui jouent fébrilement « leurs » chiffres au casino ou sur leur grille de loto savent bien de quoi je parle ! Les chiffres qui se répondent, au point de créer des récurrences étonnantes, peuvent également constituer des synchronicités fabuleuses prenant appui sur un socle historique, généalogique, ou familial.

L’histoire nous a livré de formidables exemples de synchronicités dans les dates ou plus exactement dans le calcul des dates qui relient de façon souterraine quelques grands monarques ou dirigeants du monde entre eux, sans même qu’ils ne se soient croisés ou connus. Si l’on prend l’exemple de Saint Louis et de Louis XVI, on remarque que les deux souverains ont été étrangement reliés entre eux par le nombre 539. Saint Louis naquit en effet le 23 avril 1215, tandis que Louis XVI vit le jour le 23 août 1754 : la soustraction est plutôt simple et nous confirme un écart de 539 ans. Or, Isabelle, la sœur de Saint Louis, naquit en 1225, tandis qu’Elisabeth, la sœur de Louis XVI, naquit en 1764 ; il subsiste, là encore, un écart de 539 ans. On retrouve cette même synchronicité dans les dates de décès de Louis VIII et du dauphin Louis, les pères respectifs des monarques : encore 539 ans. Le « hasard » ne s’arrête pas là, puisque, entre la révolte des Pastoureaux et le début de la Révolution française, les calculs sont similaires. Les faits historiques les plus marquants entre ces deux hommes semblent, eux aussi, reliés par une concordance numérique inexplicable. Lorsque Saint Louis, tout d’abord, est fait captif et qu’il se rend à la Madeleine-en-Provence, nous sommes en 1254. Louis XVI, quant à lui montera sur l’échafaud et sera inhumé au cimetière de la Madeleine en 1793. 539 années séparent encore ces tournants de l’histoire. Deux hommes, deux destinées extraordinaires, et un faisceau de chiffres inexorablement communs.

On peut trouver de nombreux exemples frappants dans le cours de l’histoire, comme si les chiffres se reflétaient dans un jeu de miroirs étonnants et de façon savamment orchestrée.

Connaissez-vous les multiples concordances synchronistiques qui ont relié Lincoln et Kennedy ? La liste, qui est loin d’être exhaustive,

n’en demeure pas moins incroyable, tout comme le funeste destin qui relie à nouveau les deux hommes. Ce sont également des chiffres qui s’entrecroisent et résonnent entre eux : Lincoln fut élu au congrès en 1846 et président en 1860. John F. Kennedy fut élu au congrès en 1946 et devint président en 1960. Leurs noms sont composés tous deux de sept lettres. Durant leur mandat, les épouses de ces deux présidents perdirent leur enfant alors qu’elles vivaient à la Maison-Blanche. Lincoln et Kennedy furent tous deux tués d’une balle dans la tête, et perdirent la vie un vendredi. Comme le monde invisible aime disséminer de nombreux petits signes entre les destinées, il se trouve que la secrétaire de Lincoln s’appelait Kennedy, et que la secrétaire de Kennedy s’appelait Lincoln. Parmi la liste intarissable de détails troublants, on peut noter que John Wilkes Booth, qui assassina Lincoln, était né en 1839, tandis que Lee Harvey Oswald, qui assassina Kennedy, était né en 1939. Toujours cette récurrence du siècle d’écart entre les faits majeurs qui ont jalonné la vie des deux présidents ! On ne dérogera pas à la règle invisible des chiffres si l’on observe qu’Andrew Johnson, qui succéda à Lincoln, était né en 1808 tandis que le successeur de Kennedy, Lyndon Johnson – le nom ne s’invente pas – était né quant à lui en 1908.

Dans la civilisation antique chinoise, les synchronicités avaient une telle importance qu’on demandait aux augures d’en faire la lecture. Ils les définissaient comme des « influences écho », puisqu’ils étaient persuadés que les événements avaient des interactions les uns avec les autres. J’aime beaucoup cette notion d’écho qui illustre parfaitement les maillages serrés qui relient certaines destinées entre elles : qu’il s’agisse d’une fonction fondamentale comme celle de la gouvernance d’une nation, ou, à un

niveau plus modeste, de fonctions patriarcales ou fraternelles, les chiffres peuvent en révéler les liens cachés.

Avez-vous déjà cherché l'origine de votre chiffre ou de vos nombres fétiches ? N'avez-vous jamais remarqué que ces derniers semblent vous suivre, comme des repères ou des clins d'œil dans votre quotidien ? Ils s'inscrivent sur la plaque d'immatriculation de la voiture derrière laquelle vous vous trouvez, ils sont les dates récurrentes de naissance de vos proches ou les numéros qui figurent sur les tickets de toutes les files d'attente administratives. Ils figurent parfois avec humour comme numéro d'adresse, malgré vos déménagements successifs. À tel point que vous vous demandez si ces chiffres sont chargés de votre énergie ou si c'est l'énergie des chiffres qui s'est comme infusée en vous !

Je vous invite à retrouver l'origine, heureuse ou malheureuse, de l'égrégore dont s'est chargé un chiffre récurrent dans votre vie au point d'en devenir un marqueur impeccable ; le monde invisible l'a emmagasiné pour vous et l'a stocké parce que vous y avez mis du sens : qu'il s'agisse du bonheur éprouvé au moment d'une naissance ou du chagrin dévastateur d'une perte, l'Univers n'oublie jamais rien. Il a le timing parfait pour vous déposer ces chiffres comme les cailloux du Petit Poucet afin que vous puissiez vous en servir comme des points d'alerte sur votre route.

Vos guides ont une connaissance parfaite de votre champ référentiel concernant les chiffres de votre vie et de votre lignée transgénérationnelle. Ils sont habiles pour distiller ces chiffres comme des codes dont vous seuls détenez le coffre à ouvrir.

Lorsque j'ai reçu pour la première fois Chantal pour une séance médiumnique, elle venait de perdre l'homme de sa vie, Régis, d'un cancer foudroyant, à cinquante-trois ans. Elle se retrouva à

organiser ses obsèques le 3 décembre 2014. Je lui fis aussitôt remarquer qu'une synchronicité nous liait puisque j'avais moi-même enterré ma mère un 3 décembre, dix années plus tôt exactement. Je savais déjà, en lui indiquant cette similitude dans les dates, que je n'avais pas été choisie comme messagère par hasard. Au début de la séance, je sentis Régis inquiet par la pression que la belle-famille exerçait sur Chantal, notamment sur la façon dont elle devrait gérer la somme qu'elle avait perçue de l'assurance-vie que son mari avait pris soin de contracter quelques années auparavant. Chantal me confirma aussitôt son malaise face à son beau-frère et sa belle-sœur, tous deux dans des situations financières précaires, qui la faisaient chaque jour culpabiliser, par des allusions plus qu'appuyées, de ne pas partager cette somme avec eux. « Après tout, cet argent, c'est aussi le nôtre s'il s'agissait d'un héritage. Régis t'a laissé une superbe maison, tu ne manques de rien », répétaient-ils à chaque réunion de famille.

« Dis-lui que je ferai tout pour qu'elle quitte cette maison et qu'elle s'éloigne de ces âmes cupides. Je les ai toujours aidés de mon vivant, ils ont abusé de ma gentillesse et je ne permettrai pas que cela se reproduise ! » Tels étaient les mots que je devais transmettre à Chantal. Le constat de Régis, bien que tranché et dur, était toutefois absolument juste.

Pour que Chantal sorte des sentiers de la culpabilité vis-à-vis de sa belle-famille, il fallut finalement qu'elle surprenne un dialogue entre sa propre fille et sa belle-sœur, qui lui demandait de l'aider financièrement. Son défunt mari avait donc raison. Elle décida de changer de région afin de s'éloigner définitivement de cet entourage toxique. C'est un mail qui m'avertit un matin de la bonne nouvelle : « Chère Anne, je voulais vous dire que vous pourrez compter une Bretonne de plus prochainement ! Un agent immobilier a su me

trouver la maison de mes rêves. Vous ne devinerez jamais : j'ai signé l'acte de vente chez le notaire le 3 décembre 2019. Je n'ai pu contenir mes larmes en remarquant la date. J'ai compris qu'il s'agissait d'un signe de mon Régis ! Il n'y avait rien de funeste, bien au contraire : je l'avais enterré un 3 décembre, j'enterrai mon ancienne vie un 3 décembre. J'ai pris ce hasard incroyable comme une bénédiction, car j'ai compris qu'il s'était occupé de tout. Racontez cette histoire à ceux qui douteraient encore, et prenez soin de vous. »

C'est à Jacques que j'ai également promis d'inscrire un petit bout de son histoire tragique comme un témoignage vibrant de la force des chiffres, et dans ce cas précis, des dates. Il a quarante-deux ans en ce petit matin du 16 mai 2007. Comme chaque matin, c'est la radio qui se charge de la mission délicate de le tirer de son sommeil profond en se déclenchant à 7 h précises, en lui donnant les premières nouvelles du monde. Jacques suit en effet de près l'actualité politique et judiciaire ; il est avoué de justice. Autrement appelé officier ministériel ou auxiliaire de justice, il est chargé de la représentation des parties auprès des cours d'appel. Il est en quelque sorte un « Monsieur procédures ». Les premiers mots qu'il entendra, ce matin-là, il ne les oubliera jamais : « C'est une journée historique ! Nicolas Sarkozy vient de remporter les élections et il prend officiellement ses fonctions de président de la République. » Mais Jacques n'a pas le temps d'en entendre davantage ; une douleur affreuse le traverse dans tout le corps. Il ne le sait pas encore, mais il vient de faire ce qu'on appelle un « infarctus de la moelle épinière ». Après un terrible combat entre la vie et la mort, il restera définitivement paralysé.

L’homme que j’ai rencontré n’a rien perdu de son érudition ni de son humour. Ses principales préoccupations concernent ses enfants et leur devenir, car il sait qu’il se promène comme un funambule sur son fil depuis le terrible accident qui faillit lui coûter la vie. Au moment de le saluer, alors que nous parlions des symboles et des chiffres, il me retint par le bras et me dit :

– Croyez-vous aux avertissements de l’Univers par les dates ?

Je lui fis un clin d’œil en guise de réponse.

– Figurez-vous que la fonction d’avoué de justice a été supprimée par… Nicolas Sarkozy ! Ses intentions étaient claires : il souhaitait tuer la profession. C’est d’ailleurs la proposition du rapport Attali qui a été publiée dès 2008, qui a proposé de supprimer les avoués de justice. On m’a supprimé symboliquement ce 16 mai 2007 ! J’aurais d’ailleurs été au chômage dès juin 2008… date à laquelle je suis sorti de ma rééducation à l’hôpital. Tout est écrit !

S’il fallait rédiger le scénario des vies terrestres de Chantal et Jacques et faire la liste complète de la distribution, les dates feraient assurément partie des personnages principaux de leurs histoires respectives. Tantôt salvatrices, tantôt funestes, elles sont le climax du film de leur existence, puisqu’elles mettent en lien deux événements que rien ne reliait initialement. Elles sont parfois des confirmations, ou elles revêtent au contraire un caractère prophétique, parfois à la seconde près.

Si nous n’avons pas toujours le nez rivé sur notre agenda, au point de noter scrupuleusement les dates importantes, nous avons davantage l’œil posé sur le cadran de notre montre. C’est durant ces rituels quotidiens que nous pouvons être confrontés à un phénomène qui finit par nous interroger par sa récurrence ; les

« heures miroirs » sont ces chiffres doubles qui reviennent régulièrement nous interpeller et s'inscrire sur tous les appareils électroniques dont nous nous servons, de notre smartphone à la minuterie de notre four. Les fameux 11 h 11, 20 h 20, 08 h 08 sont des heures miroirs, tandis que 12 h 21, 14 h 41 sont des heures dites inversées. L'Univers, qui aime les combinaisons multiples, peut également créer un indice sémiologique en vous faisant remarquer systématiquement des heures triples, comme 01 h 11 ou 03 h 33.

Qui n'a pas un jour dirigé instinctivement son regard, alors qu'il est concentré sur une tâche intellectuelle ou administrative, ou en pleine conversation téléphonique, vers l'horloge de son bureau ou de son séjour, et noté une heure miroir ? Malgré la concentration et la perte de la notion du temps qu'un travail engendre souvent, une force qui nous dépasse nous interrompt, déposant comme une urgence au fond de nous à s'enquérir du temps qui passe.

Percevoir une heure miroir revêt toujours un caractère magique ; nous nous demandons quel prestidigitateur a pu si admirablement réussir son tour qu'il nous sort de nos rêveries précisément sur un horaire parfaitement aligné dans ses chiffres ! Dès lors que nous entrons dans la dynamique du jeu qui, je vous le rappelle, signifie étymologiquement « plaisanter, badiner », nous faisons tomber nos barrières de scepticisme et de résistance. Ce rôle que nous incarnons inconsciemment nous rend alors davantage réceptifs à la récurrence de ces heures miroirs : c'est comme jeter des dés en priant de faire le meilleur score au 421 !

Les heures miroirs sont une autre forme de signes du monde invisible pour nous signifier sa présence dans notre quotidien. Vous remarquerez que le simple fait de vous être arrêté sur une heure miroir de façon répétée crée une attente en vous plus interactive avec le monde qui vous entoure. Ces déposes sémiologiques sont

souvent précédées par ces moments de concentration intellectuelle, ou lorsque notre attention est mobilisée à tout autre chose. Ce petit état modifié de conscience que vous avez généré par le biais de ces exercices de votre cerveau est propice à la connexion avec vos guides ou vos désincarnés. Voir des heures miroirs de façon répétée, cela revient à créer une sorte de message codé avec l'Univers ; vos 11 h 11 ou 20 h 20 sont une autre façon pour eux de vous dire : « Nous sommes là, et nous entendons précisément toutes les questions que tu te poses. »

Combien d'entre vous sont venus me voir avec leurs précieuses heures miroirs notées religieusement dans un petit carnet ! « Anne, je suis abonnée aux 13 h 13, mais depuis quelque temps, je ne vois que des 22 h 22, alors je m'inquiète ! Pouvez-vous me dire ce que ce changement d'horaire signifie ? » Avant de vous répondre, je me dois tout de même de vous donner la symbolique universelle des chiffres, celle que les humains ont déposée dans la grande bibliothèque du monde.

Le 0 est un chiffre particulièrement mystérieux. Souvent associé au néant, au vide, il est vu également comme le centre invisible du monde, c'est-à-dire la grande source, la lumière, le verbe ou le centre de la croix. S'il n'est jamais utilisé dans la Bible, chez les Mayas, le 0 est représenté par la spirale, c'est-à-dire l'infini ouvert par l'infini fermé. D'ailleurs, en mathématique, les équations à une ou plusieurs inconnues sont résolues en les égalant à 0. Le 0 n'est pas symbole du rien mais au contraire de notre origine : c'est l'inconnu qu'il faut laisser venir à soi.

Le 1 incarne l'unité suprême, l'harmonie suprême, l'alliance des contraires. « Un est tout et tout est un », de là naît une loi fondamentale : la loi d'amour. Car l'amour est ce qui englobe,

embrasse toute chose, y compris le malheur, la souffrance et le mal. Pour les pythagoriciens, le 1 est la monade, c'est-à-dire l'unité parfaite, principe et cause active de toutes les choses. On lui attribue généralement la couleur blanche.

Le 2 correspond, au contraire, à la dualité de l'esprit et de la matière ; il est la réunion du yin et du yang, du féminin et du masculin. Il nous rappelle la nécessité de la loi de la polarité. Le 2 a pour couleur le bleu nuit.

Le 3 répond à la célèbre formule de la divinité, celle de la Trinité « du Père, du Fils et du Saint-Esprit ». Par extension, il est alliance parfaite et complète du corps, de l'esprit et de l'âme. Chez les guérisseurs, on dit qu'un malade doit guérir en trois jours. Il peut également symboliser la racine masculine, le maître et l'enseignant. Le 3 a pour couleur le vert.

Le 4 inspire la force qui s'ancre et que l'on affermit grâce à la fabrication d'amulettes, de talismans ou de porte-bonheur. Il est un condensateur d'énergie qui aide à aller au bout de chaque cycle : on compte par ailleurs quatre éléments (eau, air, feu, terre), quatre saisons, quatre murs pour une maison. Un ancrage tant dans les racines d'une lignée, d'une famille, que dans les entrailles de la Terre. Il a évidemment pour couleur le brun terre.

Le 5 est le symbole de l'union, de l'autorité naturelle et charismatique. Il est aussi le nombre du centre, de l'harmonie et de l'équilibre. Par extension, il représente l'homme disposé en cinq parties en forme de croix. Le 5 symbolise également l'Univers qui contient deux axes, l'un vertical et l'autre horizontal, qui passent par un seul et même centre. Il représente tout autant nos cinq sens, les cinq formes sensibles de la matière. Il a pour couleur emblématique le rouge rubis.

Le 6 est le symbole de la tentation, du doute et de l'incertitude. Il peut pencher vers le bien comme vers le mal. Le 6 peut s'unir au diapason avec Dieu comme être l'investigateur de la révolte. Il symbolise donc toute la perfection en puissance. Dans l'Apocalypse, il est le chiffre du péché. Il a pour couleur le jaune or.

Le 7 est un chiffre sacré par excellence. Il inspire une certaine forme de perpétuel mouvement ; il incarne au mieux la fluidité des mots et de la communication. Il peut être le clin d'œil que l'on fait aux opportunités que l'on peut saisir sur notre route si l'on sait voir au-delà des apparences. Il correspond à une infinité d'éléments, comme les sept pierres magiques, les sept notes de la gamme musicale, les sept péchés capitaux, les sept points cardinaux, les sept chakras, les sept merveilles du monde… Il a pour couleur le violet.

Le 8 est universellement le chiffre de l'équilibre cosmique. C'est celui de la rose des vents, du nombre de rayons des roues, des pétales de lotus et des sentiers de la voie. Il a aussi une valeur de médiation entre la Terre et le Ciel, ce qui le met en rapport avec le monde intermédiaire. Le 8 peut également symboliser l'argent, la matérialité, ainsi que notre rapport au pouvoir, dans notre quête de parvenir à équilibrer le monde matériel et le monde spirituel. Il a pour couleur le orange.

Le 9 symbolise la multiplication de nos trois mondes symboliques, la Terre, le Ciel et les Enfers. C'est le chiffre des hautes sphères célestes, tout comme il est, de façon parfaitement symétrique, celui des cercles infernaux. Chez les Taoïstes, c'est le chiffre de la plénitude. Il a pour couleur le nacré et la couleur de la lune.

En fonction de ces chiffres et de leurs symboles, propres à toutes les cultures, les occultistes se sont appuyés sur ce tronc de valeurs

communes et y ont planté les architectures de leurs édifices divinatoires. On retrouve beaucoup de ces influences dans des disciplines comme la numérologie, la tarologie ou encore l'astrologie. Je faisais précédemment une comparaison entre les heures miroirs et les joueurs de dés, sachez par ailleurs que la kybomancie est une technique de divination par le lancer de dés, qui s'appuie également sur la forte symbolique des chiffres.

Pour vous donner un exemple de ces points de convergence entre les différentes disciplines spirituelles, j'ai choisi le chiffre 9. Symbole universel des hautes sphères spirituelles en numérologie, il est le dépositaire de la patience, du temps qui passe et de la sagesse qui en découle.

D'après les numérologues, nous vivons tous des cycles répétitifs de neuf années chacun. L'année neuf est celle du bilan, des portes que l'on ferme afin que d'autres s'ouvrent. J'ai une amie chère qui pratique cette discipline, que j'ai surnommée « Madame calculette » au vu du nombre de calculs nécessaires en numérologie, qui dit toujours qu'en année neuf « tout passe ou tout casse ». Je trouve l'image assez juste.

Si l'on se penche sur le tarot de Marseille, on peut voir que l'arcane neuf est représentée par l'Ermite qui représente la nécessité du repli sur soi pour travailler sur son intériorité. L'ermite, c'est celui qui observe le monde depuis sa retraite tout en restant en dehors de ce dernier et de son rythme effréné et grouillant. L'ermite a acquis la maturité et la connaissance grâce au poids des années. Il symbolise à la fois les fonctions intellectuelles, la solitude et la spiritualité.

Si l'on se tourne enfin vers l'astrologie, qui va déterminer ce qui se passe dans nos « maisons » – une maison pour chacune des douze planètes –, la maison neuf est celle du développement spirituel. Attachée au signe du Sagittaire, elle symbolise l'adage « nous

pensons ». Elle représente nos aspirations philosophiques et religieuses, notre élévation spirituelle et notre développement individuel. Les planètes qui investissent alors la maison neuf structurent nos principes moraux et notre éthique de vie.

L'exemple du chiffre 9 et de ses nombreuses déclinaisons analogues, quelle que soit la porte d'entrée spirituelle que l'on choisisse, n'est pas un cas isolé. Tous les arts divinatoires, tous les enseignements spirituels s'appuient sur le sens premier, sur la direction initiale des chiffres pour vibrer en harmonie. Ces teintes originelles nous permettent d'aller à la recherche du sens symbolique caché qu'ils revêtent lorsqu'ils apparaissent, en heure miroir, sur la pendule de la salle à manger. Mais je suis dépitée de lire tant d'ouvrages qui vous livrent par le menu, heure par heure, minute par minute, la signification du message de votre ange gardien et vous exhortent à faire attention à la fameuse heure miroir 17 h 17, qui est par excellence, soi-disant, celle des disputes au sein du couple…

Je rappelle, à toutes fins utiles, que pour qu'un signe nous parvienne, il faut un émetteur et un récepteur. Le récepteur qui perçoit le signe, c'est-à-dire nous, pense immédiatement à ce que ce signe signifie, il cherche son « signifié ». Par exemple, lorsque nous lisons, immédiatement les mots nous parlent et ce qu'ils signifient s'éveille dans notre pensée, pour autant que nous en connaissions le sens. Comment un enfant pourrait-il imaginer dans son jeune esprit la vision d'un homme en train de travailler s'il ignore la signification du mot « labeur » !

Il en va de même avec notre perception des heures miroirs ; le monde invisible sait parfaitement ce que vous en savez, ou pas ! L'heure miroir EST, par excellence et tout juste parfaitement, un signe en elle-même. Elle est en effet cette rencontre entre deux

plans, le nôtre et le plan subtil. Alors que l'Au-delà est affranchi des notions d'espace et de temps, il nous montre qu'il peut intervenir sur notre plan temporel en jouant avec les aiguilles de notre montre.

Dès l'instant où vous allez vous plonger dans un livre de numérologie, de tarologie ou d'astrologie, vous enrichissez votre champ sémiologique de nouveaux codes. L'Univers s'en servira plus tard pour vous adresser de nouveaux signes. Il puisera dans ce savoir avec plaisir. Le 3 est un chiffre qui, jusqu'à présent, n'a été que porteur de mauvaises nouvelles ou de mauvais souvenirs ? Parfait ! Votre ange choisira de vous faire lever les yeux sur les chiffres fluorescents de votre radio-réveil à 03 h 33 pour vous alerter qu'une journée difficile s'annonce sûrement. En plus de la synchronicité numérique générée avec l'apparition de l'heure miroir, un nouveau message sous-jacent accompagne celle-ci.

Je répète souvent que j'aime le nombre 11 pour sa teneur spirituelle, pour sa symbolique entre deux unités, le « un » juste à côté de son « alter ego » qui forment ensemble un parallélisme harmonieux ; je sais que c'est un « maître-nombre » en numérologie qui indique qu'une âme a choisi une mission spirituelle dans son incarnation, et l'idée m'émeut. Je peux vous assurer que ma voisine de palier du troisième étage l'ignore tout à fait. Elle sait en revanche faire le minestrone comme personne ! C'est donc bien sous mes yeux ébahis chaque matin que l'Univers agite ses 11 h 11, quelle que soit mon activité à ce moment précis, car il sait ce que cela signifie pour moi, tout simplement. La magie des signes, c'est que mon 11 h 11 à moi ne sera jamais le vôtre… Chaque 11 h 11 est la somme de nos petites boîtes de Pandore : notre culture, nos connaissances, nos superstitions, nos expériences et nos souvenirs. Il s'agit là d'une toute petite partie de la carte d'identité de notre

âme… Alors, de grâce, arrêtons d'enfermer les velléités du Destin comme dans un manuel du Code de la route !

Tandis que je relisais ces lignes, cherchant un épilogue pour cette thématique des heures miroirs, ma fille Stella passa sa petite tête brune devant l'écran de mon ordinateur. En découvrant le sujet sur lequel j'étais en train de travailler, elle sauta dans tous les sens et me dit :

– Maman, tu vas enfin m'expliquer les heures miroirs ! J'en vois souvent, tu sais. À chaque fois que je sors du réfectoire du collège, je tombe sur 13 h 13, c'est fou ! Mais ma copine Emma m'a dit que le 13, c'était le symbole de la mort. Je n'ai pas osé te le demander, Maman, mais tu crois que je vais bientôt mourir ?

Je ne pus m'empêcher de sursauter.

– Stella, Emma fait sans doute référence au tarot de Marseille. Le 13, c'est la carte de l'Arcane sans nom, représentée par un squelette. Mais ton amie se trompe, car cette carte est le symbole de grands changements, de profondes transformations. Cela veut aussi dire qu'on a la force du Phoenix et qu'on renaît toujours de ses cendres, ma chérie. Et puis, que représente le chiffre 13 pour toi ? Est-il positif ou négatif ?

Ma fille arbora un grand sourire.

– Tu le sais bien, que ce chiffre est positif pour moi !

Elle semblait apaisée.

– Je le sais, puisque c'est le jour de ta naissance. Pas de mort donc, une renaissance !

– Maman, on ne lui dira pas à Emma que…

– Qu'en plus tu es née un vendredi 13 ? Non, promis, nous ne lui dirons rien !

– Ils sont vraiment forts, ces anges. Ils savent toujours tout…

Merci Stella !

Notes

1. William SHAKESPEARE, *Hamlet*, 1609.

2. Sigmund FREUD, *L'Interprétation du rêve*, Franz Deuticke, 1900.

3. *Un Jour sans fin*, réalisé par Harold Ramis, 1993, avec Bill Murray, Andie MacDowell et Chris Elliott.

4. *Fight Club*, réalisé par David Fincher, 1999, avec Brad Pitt et Edward Norton.

5. *Matrix*, réalisé par Lana et Lilly Wachowski, 1999, avec Keanu Reeves et Carrie-Anne Moss.

6. Raymond MOODY, *La Vie après la vie*, Robert Laffont, 2016 [1975].

7. Natascha KAMPUSCH, *3 096 jours*, JC Lattès, 2010.

8. Lewis CARROLL, *Alice au pays des merveilles*, *op. cit.*

9. André WARUSFEL, *Les nombres et leurs mystères*, Seuil, 1980 [1961].

Les signes qui sollicitent notre corps

« Concernant la matière, nous nous sommes trompés.
Ce que nous avons appelé matière n'est que de l'énergie qui a ralenti sa vibration
afin d'être perceptible par nos sens. Il n'y a pas de matière.
Tout vibre à des niveaux particuliers. »
Albert Einstein

« Anne, je viens aujourd'hui vous voir car ma sœur est décédée l'année dernière, mais je suis bouleversée car je crois sentir sa présence. Pensez-vous que cela soit possible ? » Cette phrase rythme ma vie de médium depuis de nombreuses années ; elle est une timide introduction à un champ infini de questions sur les preuves de survivance que peuvent nous manifester nos proches disparus. Ce que ma consultante nomme ici « présence » pourrait davantage être substitué par le mot « énergie ». Car tout est énergie. Ce mot, qui vient du grec ancien « *énergéia* » et signifie « la force en action », vous le retrouvez tant dans la rubrique feng shui ou yoga d'un magazine à la mode que dans un article de physique quantique. Dois-je vous rappeler que l'origine de l'Univers provient d'une dilatation extrêmement rapide d'énergie que l'on nomme Big Bang ou Grand Boum ? Quant à notre corps physique, il émet, lui aussi, différentes natures d'énergie : thermique, pour maintenir le

corps à bonne température, et musculaire afin que nous puissions nous mouvoir. Et même lorsque nous sommes immobiles en apparence, nos centres d'énergie vitale, les chakras, sont encore en mouvement : le mot sanskrit « *chakra »* signifie la roue, la spirale ou le cycle. Manger, aimer, ou encore écrire, c'est faire appel à des ressources énergétiques.

Mais lors de la vie terrestre, cette énergie est enfermée en partie dans un contenant : le corps physique. Lorsque l'âme quitte le vêtement très étroit que représente pour elle notre corps, elle redevient une pure énergie, qui n'est plus freinée par le rythme tortueux d'un corps qui combat la gravité. Libérée de cette ganse étouffante, elle rayonne enfin et s'élève sur d'autres plans énergétiques. Ce vêtement, sans notre conscience, est un pur canal énergétique.

Pour vous parler du moyen de communication qu'utilisent nos défunts pour entrer en contact avec nous, j'aime utiliser la métaphore du porte-voix. Le son est une énergie, une onde qui se propage et se diffuse aussi loin qu'elle a d'espace pour le faire. Elle est émise par notre voix ; mais pour diriger de façon efficace cette pure énergie et qu'elle atteigne sa cible, on utilise un porte-voix, cet instrument au sommet duquel se trouve l'embouchure suivie d'un pavillon évasé en forme de cône. En utilisant un porte-voix, on atténue ainsi la dispersion de la surface d'onde. Cet instrument devient alors un canal vocal qui rend plus efficace le transfert d'énergie.

C'est exactement ce que font nos défunts et nos guides pour canaliser leur énergie irradiante auprès de nous : ils doivent utiliser les différentes sources d'énergie qu'ils ont à leur portée ainsi que tous les outils possibles pour atteindre exactement leur cible, nous. Non seulement ils vont puiser dans tous les champs énergétiques

possibles, mais ils utiliseront de surcroît tous les outils efficaces. Le monde invisible a l'embarras du choix ! L'énergie est partout autour de nous : dans la rivière qui fait tourner la roue du moulin, dans l'eau qui bouillonne dans la casserole, dans le moteur d'une voiture, dans la force du vent qui fait tourner une éolienne. Et en premier lieu, dans le corps humain.

Les perceptions de nos cinq sens

« À quel moment l'âme saisit-elle la vérité ? Chaque fois en effet qu'elle se sert du corps pour tenter d'examiner quelque chose, il est évident qu'elle est totalement trompée par lui », écrit Platon dans son Phédon. Le premier porte-voix à la disposition de nos chers disparus est en effet le corps, régi par les cinq sens qui nous permettent de percevoir le monde. Les yeux sont notre principale fenêtre sur le monde ; grâce à eux, nous arrivons à connaître la forme des choses, leur couleur, leur aspect. Je ne peux m'empêcher de comparer notre vue à celle du monde animal afin que vous vous rendiez compte des outils si approximatifs dont nous disposons : l'aigle, par exemple, est capable de percevoir des proies à une distance trois ou quatre fois supérieure à l'être humain ; le chat, quant à lui, peut distinguer les choses dans la plus totale obscurité.

L'ouïe nous permet de percevoir les sons et de reconnaître les voix. Là encore, si nous sommes capables d'entendre des bruits jusqu'à dix kilomètres, notre fidèle compagnon, lui, peut les percevoir à plus de trente kilomètres. La mite qui s'incruste dans nos placards, quant à elle, a l'ouïe si développée qu'elle survit toujours à la chauve-souris, son principal prédateur.

L'odorat, notre outil olfactif, s'est considérablement dégradé avec notre mode de vie sédentaire. Les rats l'utilisent non seulement pour

trouver de la nourriture, mais aussi pour communiquer et se reconnaître entre congénères : leur nez est si puissant qu'il détecte les composants chimiques présents dans les aliments, quand un simple rhume nous handicape plusieurs jours ! L'ours est l'animal qui possède le meilleur odorat du monde, puisqu'il est capable de détecter une proie à plus de vingt kilomètres de distance.

Si le goût nous permet d'apprécier la qualité de ce que nous mangeons, dans le monde animal, il est un moyen sûr de détecter si la nourriture est périmée ou non, et donc dangereuse. La souris possède tant de récepteurs dont nous sommes dépourvus qu'elle perçoit des goûts pour nous inconnus et qu'elle est même capable de distinguer le dioxyde de carbone ou le calcium.

Le sens du toucher dépend de notre organe le plus grand : la peau. Elle permet de percevoir le vent, les changements de température, les différentes textures. La taupe, par exemple, qui est quasiment aveugle, se dirige dans ses galeries souterraines et repère ses proies uniquement par le toucher. La peau du crocodile, quant à elle, lui fait percevoir les plus légers changements de pression et de vibrations de son environnement au point de localiser ses proies.

Ce que vous ignorez peut-être, c'est que notre champ sensoriel est si limité que le monde animal possède même d'autres sens auxquels nous n'avons pas accès. Afin de survivre et de s'adapter, certaines espèces ont développé des « superpouvoirs ». Grâce à un sonar, beaucoup d'animaux peuvent établir des communications sur des grandes distances ou se diriger dans l'espace. L'homme a clairement emprunté aux chauves-souris et aux dauphins ce système de propagation d'ondes sonores pour le perfectionner grâce à la technologie moderne. Les serpents possèdent une sensibilité spéciale à la température pour détecter n'importe quel organisme à

sang chaud dans leur environnement. Certains animaux ont même la capacité de percevoir les champs énergétiques ou électriques. Les requins, par exemple, possèdent « l'électro-réception » : ils peuvent ressentir tous les champs électriques qui émanent des autres êtres vivants et devenirs ainsi de redoutables prédateurs.

L'abeille, enfin, n'a pas besoin de boussole pour se diriger, tant son sens de l'orientation est à couper le souffle : elle est capable de voler sur de grandes distances et de toujours parvenir à rentrer à la ruche ; son abdomen contiendrait un petit minéral qui s'activerait grâce au soleil, indiquant ainsi où se trouve le nord.

Qu'ils paraissent ainsi primaires et peu affinés, ces outils sensoriels qui sont les nôtres ! C'est pourtant le premier support des défunts, leur porte-voix pour nous glisser un signe identificatoire. Une voix, une odeur… De la même façon que nous nous servons plus habilement d'un de nos sens que d'un autre, les défunts composent non seulement avec l'énergie dont ils disposent, mais choisissent de s'exprimer par le sens qui les définira le mieux.

Jean était ébéniste dans les années 1960. Reprenant l'entreprise familiale, il n'a eu de cesse, pendant sa carrière d'artisan, d'éviter les faillites causées par la concurrence de grosses fabriques étrangères qui importaient du bois d'Asie à des tarifs honteusement bas. Il s'est battu jusqu'à l'aube de sa retraite pour que son entreprise puisse se vendre au meilleur prix. Et l'entreprise de Jean fut vendue, sans doute grâce au grand conseil angélique qui avait trouvé le plus ingénieux des moyens pour cela : tous les descendants des frères et sœurs de Jean furent… des descendantes, et pas une seule volontaire pour se former à cet art ancestral et reprendre le flambeau. Un petit matin de septembre, ce sont des promeneurs qui trouvèrent Jean, allongé au pied d'un arbre, qu'ils pensèrent endormi

tant il semblait apaisé. Il avait été emporté par une crise cardiaque. C'était le premier jour de sa retraite.

C'est donc en compagnie de ses filles que je me trouvais un matin pour une séance médiumnique : elles n'avaient pas eu l'occasion de lui dire au revoir et voulaient savoir s'il allait bien. Je compris qu'elles avaient besoin d'un signe tangible pour comprendre qu'il s'agissait bien de leur père qui se manifestait à travers moi. Comme je m'adresserais à un être encore vivant, je demandai à Jean de faire son maximum afin de rassurer ses filles. Tout à coup, une silhouette se présenta dans l'entrebâillement de la porte de mon bureau, elle arrivait doucement jusqu'à moi comme si elle avait peur de m'effrayer. Je compris que Jean avait choisi de solliciter ma vue et de me projeter une image holographique de l'homme âgé qu'il était au moment de son décès. Je me devais d'être fidèle à chacun des détails qu'il m'envoyait :

– Julie, Charlotte, votre papa est dans cette pièce et il me demande de vous le décrire. Il est mince, pas très grand, sans doute pas plus d'un mètre soixante-quinze, et il me montre deux particularités physiques : il est incroyablement courbé, comme s'il avait eu des problèmes de dos, et, à sa main gauche… il lui manque deux phalanges. Est-ce bien votre papa ?

– C'est bien lui ! Notre père souffrait d'une scoliose que ses parents n'avaient jamais pris le temps de soigner et qui s'est intensifiée ensuite par son travail physique : ces dernières années, il n'arrivait pas à se tenir droit plus de deux heures, le pauvre ! Quant à sa main, c'est tout à fait exact : le jour où il a demandé notre mère en mariage, il était si excité qu'il ne s'est pas concentré à sa tâche et sa scie circulaire lui a sectionné deux doigts. Anne, vous savez, nous avons mis sa maison en vente, et l'agent immobilier nous a dit avoir eu la peur de sa vie alors qu'il effectuait une visite. Il nous a dit

avoir perçu, dans le garage qui était aussi son atelier, une silhouette d'homme, petite et courbée. Il n'avait pas rêvé, c'était donc bien papa ?

– Je vois que Jean surveille de près la vente de sa maison ! Votre papa a choisi une projection visuelle pour se manifester à l'agent immobilier, puis à moi, car il savait que ses particularités physiques allaient vous permettre de le reconnaître. Mais je vous rassure, il est désormais libéré de son corps physique, et il ne souffre plus.

Percevoir un défunt est à la portée de tous ; il s'agit bien souvent d'une tentative identificatoire qui s'appuie sur une particularité physique, un détail vestimentaire ou une posture qui permet le fameux déclic du « C'est lui ! ». Je peux évoquer ici Madeleine, qui aimait tellement tricoter devant la télévision qu'elle m'est apparue avec une collection de chandails et de pulls dans les bras ; ou Suzanne, qui s'est présentée à moi lors d'une séance médiumnique et dont j'ai reconnu immédiatement le port de tête altier, la posture des bras et la coiffure : elle avait été une grande ballerine et, grâce à ces détails visuels, elle savait que j'allais comprendre… Je me souviens également de Maxime, ce jeune adolescent qui pensait voir chaque soir son grand-père dans un coin de sa chambre. Lorsque je lui ai demandé comment il était certain que c'était lui, il m'a répondu : « Mon papy a passé les dernières années de sa vie dans un fauteuil roulant. J'ai reconnu sa silhouette et j'ai vu distinctement son fauteuil ! » Enfin, j'ai une pensée émue pour Philippe, dont le compagnon était venu me voir afin d'obtenir un message de celui qui avait été l'homme de sa vie pendant plus de vingt ans. J'ai perçu aussitôt le visage d'un homme émacié, dont la langue, le cou et la gorge étaient violacés. Lorsque je me suis décidée à lui donner ces

détails, son compagnon comprit que Philippe était bien là. Il avait mis fin à ses jours en se pendant dans sa maison.

Ces images, qui pourraient sembler effrayantes, n'ont d'autre vertu que de nous permettre d'identifier ceux qui sont partis de l'autre côté du voile. L'effet de surprise qu'une telle apparition provoque laisse souvent place à la terreur ; le premier réflexe que nous avons d'ailleurs bien souvent est de cacher nos yeux derrière nos mains comme pour mettre de la distance vis-à-vis de ces images. C'est notre cœur que nous fermons alors, et nous nous privons de ces signes visuels qui ont pourtant pour but de nous rassurer. Mais nous ne le comprenons pas. Et le message se perd.

Judith était une octogénaire coquette, veuve depuis plus de quinze années, fille de résistants qui avaient tout entrepris pour libérer leurs camarades enfermés dans les fameux camps de la mort. Alors qu'elle s'apprêtait à souffler ses quatre-vingt-neuf bougies dans son petit pavillon de banlieue, la vieille dame manqua la rampe de son escalier et fit une chute mortelle.

Son fils Franck, terrassé par le chagrin, me tendit fébrilement sa photo afin de recueillir un petit signe de sa maman. À peine eus-je le temps de la prendre entre mes doigts que je sursautai et lâchai aussitôt son portrait. Un brouhaha infernal envahit mes oreilles : des bruits de téléviseurs et de radio, bien trop forts à mon goût.

– Franck, vous avez omis un détail : votre maman était complètement sourde ! Ses émissions préférées hurlent dans mes oreilles, le célèbre *jingle* de RTL retentit dans toute ma boîte crânienne. Je dois vous confesser également que votre maman râle sans arrêt, je l'entends dire « tous des incapables ! »

Franck éclata de rire. Je le sentis à la fois ému et rassuré.

– Ma mère était bien trop coquette pour admettre ses problèmes d'audition ! Pour compenser, elle poussait le son de la télé et de la radio à fond, on les entendait jusqu'au portail… Et quand nous lui avons envoyé une aide-ménagère pour la soulager un peu, elle n'a pas supporté qu'on touche à ses affaires ! Elle a effectivement hurlé à l'équipe qu'ils étaient tous des incapables ! Vous savez, ma maman, c'était une grande gueule, comme on dit, mais c'était surtout un grand cœur… Merci à elle pour ces signes !

Les messages sonores sont efficaces lorsqu'ils permettent à nos désincarnés de rapporter un petit bout de leur existence en lien avec leur signature auditive : un piano à queue qui émet des sons dans une famille de musiciens ou de mélomanes, un prénom chuchoté au creux de l'oreille dans une pièce vide ou en pleine rue par un inconnu…

Pierre avait décidé de conserver l'appartement de sa défunte mère et de prendre soin de ses fleurs qu'elle aimait tant ; il s'était mis à entretenir un dialogue avec elle, et parlait tout haut sur sa terrasse, au risque de passer pour un fou aux yeux de ses voisins. Quelques semaines après le début de ce petit rituel, il entendit, avec beaucoup d'émotion, tinter le petit carillon placé juste au-dessus de la porte d'entrée, alors que personne n'était entré et que les fenêtres étaient fermées. Il comprit que c'était le signe auditif que sa mère lui envoyait pour lui dire qu'elle était, elle aussi, au rendez-vous.

– C'est notre petit secret entre elle et moi que je vous partage aujourd'hui, me dit-il comme s'il me donnait la localisation d'un fabuleux trésor : ce petit signe avait une valeur inestimable à ses yeux.

Catherine, elle, était une grande lectrice de la célèbre collection Harlequin, où les princes modernes viennent vous chercher en voiture de luxe et vous kidnappent sur une île paradisiaque. Elle s'était d'ailleurs inscrite à des cours de danse de salon dans l'espoir d'y rencontrer le cavalier de ses rêves : sans succès. Lasse de sa solitude, Catherine s'était rongée. Au sens propre du terme. À cinquante ans, son médecin généraliste avait détecté une tumeur maligne qui avait déjà envahi son sein droit. Il était trop tard pour entamer une chimiothérapie, et Catherine s'était éteinte doucement dans les bras de sa sœur cadette. Elle n'avait jamais trouvé l'amour ni connu la joie d'être maman, et sa sœur avait besoin de savoir si elle avait trouvé la paix là-haut. Elle lui demandait un petit signe, par mon entremise. Sans avoir le temps de m'émouvoir de l'histoire tragique de Catherine, je sentis la pièce se remplir d'un coup d'une très forte odeur. Je reconnus cette fragrance : orange, jasmin, cannelle, vanille et patchouli, le plus connu des parfums orientaux et que j'aime beaucoup, le célèbre Opium d'Yves Saint Laurent. Mais là, j'en avais presque la nausée…

– Pardonnez-moi, j'ai le cœur qui se soulève un peu, car votre sœur vient de m'envoyer un signe olfactif à votre intention : Opium, d'Yves Saint Laurent. Je reconnais cette fragrance, mais votre sœur en mettait beaucoup trop, non ? Ce parfum est connu pour être capiteux, Catherine devait en abuser !

– Ah, je la reconnais bien là ! Dès qu'elle avait un petit coup de blues, ma sœur disait : « Une petite pulvérisation de parfum, et ça repart ! » Mais ses coups de blues étaient fréquents… Quand elle dînait chez moi, elle laissait un sillage parfumé jusqu'au lendemain. Merci, il m'est arrivé, à moi aussi, de sentir encore son parfum en entrant dans une pièce, mais je pensais que je fabulais !

Une trace olfactive est une véritable signature de l'âme, un symbole fort de la vie que nous avons menée. Les défunts l'utilisent beaucoup. N'avez-vous jamais senti l'odeur caractéristique d'une cigarette, de la pipe ou encore du cigare que fumait votre proche disparu ? Vous êtes non-fumeur, vos fenêtres sont fermées, cependant vous percevez tout à fait cette odeur emplir vos narines. Le champ olfactif est riche : une odeur de carburant sur les mécaniciens qui rentraient chez eux en bleu de travail, une odeur de transpiration pour tous ceux qui fournissaient des efforts physiques, une eau de Cologne avec laquelle nos grands-pères se frictionnaient.

Renée claudique pour parvenir à atteindre le plan de travail de la cuisine de sa grande maison basque, tout près de Saint-Jean-de-Luz. Sa jambe gauche la fait terriblement souffrir et sa tête tourne. Elle a à peine le temps d'appuyer sur le collier « spécial senior » que ses petits-enfants lui ont offert en cas de problème qu'elle gît déjà sur le carrelage lorsque les pompiers arrivent. Transportée pourtant à l'hôpital en un temps record, et malgré une semaine de lutte acharnée en réanimation, la vieille femme ne sortira pas du coma profond dans lequel elle est plongée. Il est temps pour Renée de rejoindre la voûte céleste. La famille s'est relayée, jour et nuit, à son chevet, établissant même un planning précis de visite. Thibault, son petit-fils, a dû prendre la relève dans l'après-midi, après une soirée qui s'est prolongée aux aurores avec ses amis. Figé au bout du lit de sa grand-mère, il tente d'étouffer ses bâillements, mais la fatigue le guette. Il décide de s'accorder quelques minutes pour aller jusqu'à la machine à café. Quatre minutes, c'est exactement le temps qu'il fallut à Renée pour rendre son dernier souffle.

– Mon fils est inconsolable depuis le décès de sa grand-mère. Il pense que tout est de sa faute, que s'il ne s'était pas absenté, il aurait pu prévenir les infirmières et sauver Renée. Pensez-vous qu'elle puisse l'aider en lui montrant qu'elle est à ses côtés ?, me supplia Adeline, sa fille.

– Je ressens au niveau de mon palais un fort goût de café, assez amer d'ailleurs… Renée m'envoie d'autres sensations gustatives : un goût métallique assez désagréable, je dois dire, et un goût de madeleine. Elle me dit d'ailleurs que Thibault aurait pu en prendre une pour accompagner son café infect !

– Ce café, c'est celui que mon fils a bu au moment où ma mère est morte ! Et je vois tout à fait ce qu'elle tente de vous dire avec ces autres goûts : elle était diabétique et se plaignait de la sensation métallique qui lui restait en bouche après ses médicaments. Et pour se justifier de « passer le goût », justement, elle mangeait des madeleines, alors qu'elle savait pertinemment que cela lui était interdit. Elle disait toujours : « Si mes jours sont comptés et que tout le monde me surveille, le dernier m'appartiendra »…

Assurément, Renée a démontré que savourer la vie, selon elle, c'était s'entourer de douceurs et de délices sucrés. Elle a donc réalisé la plus belle fugue qui soit, une fugue pour l'éternité. Sans témoin ni demande d'autorisation, elle a attendu d'être seule pour s'offrir une dernière liberté.

Beaucoup de mes consultants me disent avoir senti, dans le fond de leur palais, le goût âcre du vin rouge, comme celui dont s'enivrait leur proche parent, ou encore celui du chocolat chaud que savait si bien préparer leur maman. À chacun sa madeleine de Proust, qui ravive les bons comme les mauvais souvenirs : ces signes, déposés au creux de nos lèvres, nous assurent de leur authenticité.

Mélanie est une magnifique jeune femme qui semble l'ignorer. Au moment où nous nous rencontrons, elle a étranglé sa magnifique chevelure dans un turban noir et elle porte des vêtements bien trop grands pour elle. Elle est assommée par le chagrin et les nombreux kilos qu'elle a perdus font flotter sa fine silhouette dans ses anciens vêtements. Elle vit probablement avec un fantôme, mais le fantôme dans sa propre existence, c'est elle. Elle m'explique qu'elle vient de perdre son compagnon qui était chef de chantier ; il est tombé du mur sur lequel il travaillait. Plus d'une vingtaine de mètres. Le malheureux est décédé sur l'instant. Elle me dit avoir besoin de quelque chose à quoi se raccrocher, pour ne pas basculer, elle aussi, dans le vide. L'image me glace.

– C'est étrange, je n'arrive pas à percevoir physiquement votre compagnon. Malgré la photo que vous m'avez donnée de José, il ne m'apparaît pas visuellement. Par contre, je ressens depuis tout à l'heure une drôle de sensation au sommet de mon crâne : comme si quelque chose me tapait doucement, de façon répétée et continue. J'entends également les rires de José ; il a l'air de s'amuser de mon étonnement.

Je vois le visage de Mélanie s'illuminer.

– Oh merci ! Je vais vous expliquer : José était très grand, il vous dirait plutôt que c'est moi qui suis toute petite, et nous avions une tête d'écart. Il adorait poser son menton sur le sommet de mon crâne et dire que cela faisait du bien d'avoir quelqu'un sur qui se reposer. Il faisait claquer sa mâchoire de façon répétée jusqu'à ce que je m'énerve. Et ça marchait ! Il s'agit bien de lui. D'ailleurs, j'ai une photo dans mon portefeuille où nous posons de cette façon. Vous savez, Anne, la nuit, je sens qu'il est là, mais je n'osais caresser l'espoir qu'il puisse être encore à mes côtés. Je serai plus attentive, désormais.

Deux champs d'énergies qui se rencontrent créent ce courant électrique que nos amis les animaux savent bien mieux percevoir que nous. Cette sensation de courant d'air passé juste derrière nous alors que nous nous trouvons dans une pièce close est une façon de se rencontrer encore, l'espace d'un instant, pas de nous faire peur ! L'inconscient collectif est tellement prégnant que nous pensons qu'il s'agit de l'œuvre d'un esprit malveillant. Dès lors que nous dépasserons cette croyance malheureuse, nous pourrons enfin sentir nos défunts nous effleurer le bras, nous caresser la joue ou nous déposer un baiser sur le front alors que nous nous endormons. Ces sensations sur la peau ne sont pas des vues de notre imagination ! Il m'est souvent arrivé de sentir la paume d'une main sur mon visage, pas seulement la sensation d'un déplacement d'air. Il faut simplement leur permettre de le faire.

Jean, Judith, Catherine, Renée ou José ont su adapter leur langage sémiologique pour toucher leurs proches et s'identifier auprès d'eux. À chacun son porte-voix pour être efficace dans un seul et unique but commun : envoyer la plus belle des démonstrations sensorielles d'amour. Je suis profondément touchée par leur persévérance et leur patience pour passer par nos outils sensoriels approximatifs, pour contourner nos peurs et nos préjugés et déposer leurs messages. Je ne cesse jamais, dans ma mission de médium, de persévérer, pour eux, à être la dépositaire de leurs manifestations, et une messagère dévouée.

Le sixième sens n'est pas l'apanage des médiums

Je dois encore ce prochain paragraphe à ma fille Stella. Tandis que je lui explique, par le menu, les différentes possibilités de recevoir des signes de nos défunts grâce à nos cinq sens, elle m'envoie une moue nonchalante en guise de réponse :

– Ah bon, et le fameux sixième sens, alors ? Tu sais, comme le tien, qui fait que je ne peux jamais te cacher une seule note à l'école !, dit-elle en pouffant.

Elle a raison ! Le sixième sens, n'est-ce pas finalement celui qui nous permet d'établir naturellement et originellement le contact avec l'Univers ? Ce sixième sens est notre appétence particulière à percevoir le monde éthéré et invisible. Au risque de faire peur à certains d'entre vous, il est notre faculté médiumnique, celle que nous possédons tous, tapie au fond de nous. Elle est cette part de lien invisible qui nous relie au monde angélique. Comme toute faculté, nous allons la développer de façon inégale tout au long de notre existence. Je préfère parler de faculté que de don, pour ne pas entretenir le mythe selon lequel une marraine se serait penchée sur le berceau de certains nourrissons « bénis des dieux » et que leur marraine tutélaire leur aurait fait un somptueux cadeau. Je vous le redis, percevoir les morts prochaines, les maladies latentes ou les chagrins de l'humanité n'a rien d'un cadeau ; je le vois souvent comme un petit poison de l'existence qui empêche notre part d'insouciance et de rêverie de se déclencher. C'est pourquoi beaucoup d'entre nous referment bien vite cette boîte secrète. Par peur que tout leur échappe, par peur de se souvenir du sens convenu de leur incarnation terrestre. Une faculté est, comme sa définition l'indique, une possibilité naturelle, une aptitude. Rien n'indique que vous l'exploiterez durant votre vie terrestre, ni même que vous en ferez un métier ou un art de vivre : on peut aimer jouer

du piano sans pour autant devenir un virtuose et en faire sa profession.

Notre sixième sens est celui qui coordonne habilement les cinq autres ; selon moi il est même davantage : c'est le premier de nos sens qui se met en action avant tous les autres. Il nous donne une tonalité, une couleur, un goût, une impression, un sentiment avant même que nos organes sensoriels ne captent une première information électrique. Le fait de ne plus expérimenter directement nos perceptions immédiates nous coupe du registre intuitif ; je dois dire que j'ai fait preuve d'une courageuse résistance face à une éducation rigoriste basée sur « Attention, tu vas tomber ! », « Tu vas te brûler » ou encore « Tout ceci n'existe pas ». Je dois même vous dire que mon sixième – ou plutôt premier – sens m'a sauvée d'un penchant suggéré pour la soumission et pour la résilience. Je me suis octroyé le droit de persévérer dans mes perceptions médiumniques pour les intégrer comme un outil sensoriel à part entière.

C'est pourquoi beaucoup d'entre vous s'effraient de recevoir, de manière intempestive et fugace, des signes de l'Au-delà, sans pouvoir les contrôler ou les comprendre : le monde invisible sait parfaitement repérer ceux dont le sixième sens est particulièrement développé et prêt à s'activer. Afin d'établir un pont de communication avec nous, ils cherchent le meilleur canal. Mozart ne choisirait-il pas le meilleur de ses disciples pour lui léguer ses plus belles mélodies ?

Je vais vous livrer une image que j'utilise souvent pour faire comprendre à mes consultants pourquoi ils peuvent être en particulier les témoins de manifestations paranormales.

Imaginez que vous preniez l'avion pour un pays lointain de votre choix. Heureux de vous déconnecter de votre quotidien pour des

vacances bien méritées, vous avez néanmoins choisi une culture tout à fait inconnue de vous, à commencer par la langue, que vous ne parlez absolument pas. Après des heures de vol, vous débarquez à l'aéroport, bruyant, rempli d'individus qui échangent entre eux sans que vous puissiez comprendre le moindre mot. Tout à coup, à quelques mètres de vous, vous entendez parler un groupe de Français. Que faites-vous, dans la majorité des cas, alors que vous ne les connaissez absolument pas ? Vous vous rapprochez d'eux et tentez peut-être un sourire ou un début de conversation…

Nos défunts font exactement la même chose. Ils sentent immédiatement ceux qui, parmi nous, ont une faculté médiumnique particulièrement aiguisée, et se manifestent donc tout naturellement à ceux qui auront la plus grande capacité à les voir ou à les entendre. Mais de la même façon que ces touristes à qui vous vous adresserez ne vous rendraient peut-être pas votre sourire, nous ne vivons pas tous les manifestations du monde invisible avec le même entrain. Par peur, ce qui était une tentative de prise de contact de leur part sera vécu comme une agression pour ceux qui auront été témoins de ces signes.

Certains, à l'inverse, prennent conscience de leurs facultés intuitives et médiumniques et les laissent les envahir complètement. Leur quotidien devient une cacophonie épuisante de visions d'entités défuntes, de bruits incessants, de perceptions sensorielles qui les empêchent de se concentrer sur leur vie quotidienne. Il n'est pas rare qu'ils s'en rendent même malades, au point de somatiser. Ils sont bien souvent en proie à des acouphènes, à des otites, à des problèmes de vue récurrents – plus exactement, ils sont perdus entre la vision de près ou de « loin ». Est-ce leur résistance intérieure qui les conduit à créer inconsciemment des pathologies

liées à la vue et à l'audition ou est-ce l'œuvre du monde invisible qui tente de les persuader de voir et d'entendre différemment ?

« Anne, vous comprenez, j'entends ces voix dans ma tête, je perçois ces ombres chaque soir, chaque nuit, et je n'arrive plus à dormir ! » Si, comme cette consultante, vous ne trouvez plus de répit au milieu de cette cacophonie, il n'appartient qu'à vous de dire « Stop ! » Vous êtes les gardiens de votre esprit et vous devez formuler clairement votre intention de ne pas être pollué sans arrêt par des présences intempestives. Ne pas refermer son réceptacle intuitif, cela revient à laisser la porte de chez soi ouverte à tous. Vous ne pourrez pas toujours éviter un ressenti ou une présence invisible, mais vous détenez les clefs de votre canal médiumnique : quel que soit le moyen que vous choisirez pour cela, le message parviendra au monde invisible. Les défunts n'ont besoin ni de sommeil, ni de plage de concentration et de repos ; vous, oui ! Reprendre le contrôle de ses perceptions extrasensorielles, c'est affûter petit à petit son outil intuitif et améliorer la qualité des échanges que vous pourrez développer avec l'Au-delà.

*

Le monde invisible s'appuie donc non seulement sur les nombreux champs énergétiques qui composent l'Univers, mais il cherche surtout le meilleur canal possible. Tous ceux qui pourront leur apporter une source d'énergie capable de transformer leur envoi sémiologique efficacement seront privilégiés.

Si les médiums sont donc leur premier objectif, puisqu'ils seront à même d'être un récepteur proactif et aiguisé dans ses facultés extrasensorielles, les enfants sont également de formidables messagers que nos proches disparus aiment « utiliser », parce qu'ils

ne sont pas encore empreints de doutes et de peurs, parce qu'ils savent s'émerveiller, voir ce que nous ne savons plus sentir.

Léa est une jeune maman épuisée. On pourrait attribuer les marques de fatigue sur son visage aux nuits agitées de sa petite Constance, âgée de deux ans à peine, mais il n'en est rien. Dans son pavillon tout neuf qui sent la peinture fraîche et qui n'est pas encore tout à fait meublé, Léa est bien seule. Yannick ne reviendra pas de son dernier déplacement. Parti à moto chez son ostéopathe pour soigner des problèmes de dos récurrents, un angle mort, selon la terrible expression, aura eu raison de lui. C'est l'argument qu'avancera le chauffeur de poids lourds pour arguer du fait qu'il n'a pas vu Yannick changer de file. Yannick n'avait que trente-cinq ans, et le seul souvenir matériel que Léa gardera de lui, c'est son casque, que les pompiers lui remettront.

Léa en veut à la Terre entière, à ce Dieu qu'elle priait, petite, dans son lit, et qui n'a rien fait pour protéger l'homme qu'elle aime. Elle tente de calmer une haine incontrôlable face à tous ceux qui lui rappellent l'horreur qu'elle vient de traverser. Sa petite Constance, quant à elle, porte admirablement son prénom. Pas de terreurs nocturnes. Elle reste d'humeur égale, elle est joyeuse, même.

Léa se force toutefois à conserver ses petits rituels de jeu avec sa fille, pour ne pas la bouleverser et trouver une petite raison de ne pas sombrer. Depuis le décès de Yannick, elle est malgré tout incapable de fermer la porte des pièces dans lesquelles elle se trouve. Ce jour-là, elle donnait le bain à sa fille, et elle n'a pas entendu l'appel de la police qui tentait de la joindre pour lui annoncer la terrible nouvelle. Elle ne se pardonne pas de n'avoir pu se rendre aussitôt sur place pour prendre Yannick une dernière fois dans ses bras.

Alors que la maman endeuillée fait avec Constance son puzzle favori, la petite se lève d'un coup et pointe son petit doigt en direction de l'entrée de la chambre.

– Papa ! Coucou ! Bisous !, s'exclame-t-elle, remplie de joie.

– Ma chérie, tu sais bien que ton papa n'est plus à la maison. Il est au Ciel, maintenant, lui répond Léa, bouleversée.

– Oui Maman, porte ouverte !

Je n'ai pas besoin de vous décrire l'émotion de Léa quand elle a compris que ce message ne pouvait sortir de l'imagination d'une petite fille de deux ans, malgré sa très bonne maîtrise du langage. Yannick avait choisi d'envoyer un message à sa femme grâce à Constance : il savait qu'elle n'éprouverait ni peur, ni doute en le voyant. Nos enfants sont des messagers très efficaces qui font le lien tout naturellement entre le monde des vivants et celui des désincarnés. De la même façon qu'ils sollicitent naturellement l'imaginaire et que nous les berçons de merveilleux, ils peuvent percevoir ou entendre les entités défuntes. Constance avait raison, la porte était désormais ouverte au dialogue.

Les enfants sont encore empreints de l'Au-delà. Leur âme conserve les expériences fraîches de leurs précédentes incarnations, c'est pourquoi il n'est pas rare qu'ils fassent part de leur vie passée en étant persuadés qu'elle fait encore partie de l'instant présent : un prodige, ce n'est finalement qu'une âme qui a gardé le souvenir prégnant de ses vies passées et qui reprend intuitivement ce qu'elle faisait depuis toujours.

Les enfants naviguent d'un plan à un autre jusqu'à leur septième année à peu près, jusqu'à ce qu'ils façonnent leur propre personnalité. Les dépôts éducatifs et pédagogiques de leurs parents, de leurs enseignants, deviennent alors des automatismes ;

le doute et l'esprit critique s'installent. Toutefois, leurs perceptions extrasensorielles peuvent se réveiller entre douze ans et l'âge adulte. L'adolescence est en effet une période où leurs émotions sont à fleur de peau, leurs envies de détruire les règles et les modèles imposés sont fortes afin de tenter de se construire un monde à leur image, qui leur appartiendrait enfin. C'est souvent durant cette période qu'ils se tournent naturellement vers les films fantastiques ou dans lesquels les protagonistes font tourner les tables et appellent des âmes tourmentées. Il s'agit d'une tentative naturelle de retour à un univers qu'ils ont délaissé, enfants.

Ma fille, elle, n'a pas attendu l'adolescence pour exprimer ses perceptions extrasensorielles. Je vous entends me dire que c'est normal, puisque nous sommes sorcières de mère en fille dans cette famille ! Il n'en est rien. J'étais encore enseignante lorsque j'eus la chance de rencontrer une nounou extraordinaire pour veiller sur elle. Et je me suis bien gardée de faire part à Stella du changement de carrière radical que je m'apprêtais à faire !

Un soir, après avoir échangé les informations d'usage sur la journée qui venait de s'écouler, Muriel, l'assistante maternelle, me confia :

– Je dois vous parler de Stella. Vous savez, je suis assistante maternelle agréée depuis une quinzaine d'années maintenant, et je pense connaître très bien les enfants…

– Vous pensez que quelque chose la perturbe ?, lui demandai-je inquiète.

– Non, elle semble aller très bien, c'est un vrai clown ! Mais, à son âge, les enfants ont souvent besoin de se créer des amis imaginaires qui les accompagnent dans leur quotidien ; vers trois ans, c'est une étape tout à fait normale de leur développement psychoaffectif. Ils développent leur imaginaire afin d'appréhender

une réalité qui n'est pas toujours à leur goût. Mais Stella… Je ne sais pas comment vous le dire… Elle semble vraiment parler à quelqu'un ! Elle se met dans un coin de la pièce, toujours le même, et chuchote puis rit. Quand je lui demande à qui elle parle, elle me dit qu'elle parle à un ami qui danse et qui joue dans le Ciel…

– Ah, ce n'est que ça !, lui dis-je en riant.

J'ai dû étayer mon propos en lui expliquant finalement qu'il était possible que ma fille ait, à son tour, une facilité à percevoir d'autres plans que celui sur lequel nous vivons. Je savais que je prenais un risque avec une telle conclusion. Le petit clin d'œil que Muriel me fit en guise de réponse scella une amitié jamais défaite depuis.

Loin de moi l'idée de faire peur aux jeunes parents, mais je les invite à observer le regard de leurs nourrissons. Le phénomène peut se produire jusqu'à leurs neuf ou dix mois : il n'est pas rare d'y voir passer le regard d'un proche disparu, qui est venu, le temps d'un passage dans ce petit corps encore relié au monde invisible. Cela faisait dix mois à peine que ma mère était décédée lorsque ma fille naquit. Il m'était bien douloureux de porter mon nouveau rôle maternel sans sa présence et sans être accompagnée de ses précieux conseils. J'étais en train de changer ma fille lorsque je fis ce que beaucoup de mamans font : je la tins debout, du haut de ses neuf petits mois, et je la félicitais d'être bientôt prête à faire ses premiers pas. J'étais concentrée sur ses petits pieds qui tentaient maladroitement de s'appuyer sur la table à langer, puis je la regardai dans les yeux. Je vis immédiatement son regard bleu, intense et empreint d'une maturité incroyable. La surprise fut telle que je faillis la lâcher. J'ai oublié de vous préciser que ma fille a des yeux noisette. Ce que j'avais reconnu, c'est le regard de ma mère qui s'était fondu dans celui de ma fille. J'ai encore beaucoup d'émotions

à écrire ces lignes, car elles sont un témoignage vibrant des efforts incommensurables de nos proches disparus pour nous témoigner leur envie de nous guider et de nous consoler. Je compris que, si ma mère n'avait jamais eu la chance de croiser ma fille de son vivant, elle en serait une marraine attentive et efficace.

Écoutez vos enfants ! Recueillez leurs mots, leurs témoignages, avec la même sincérité qu'ils les prononcent eux-mêmes. Ils sont de précieux enseignants et de solides supports de preuves de survivance pour l'Au-delà. Plus vous les écouterez avec votre cœur, et non votre jugement raisonnable, plus vous pourrez lire entre leurs lignes. Un enfant qui fabule cherche toujours à embellir son quotidien d'éléments magiques et positifs, afin d'apaiser ses parents ou les conflits larvés qu'il détecte instinctivement au sein de son foyer. Pointer du doigt un défunt qu'il aperçoit juste au-dessus de son lit n'a donc pas vertu à vous rassurer ; il pense que vous avez accès à la même réalité que lui. Il hésite d'ailleurs parfois à livrer un tel témoignage, car il sait que cela pourrait raviver vos peines et le chagrin qu'on ressent à l'évocation des absents. « Les grandes personnes ne comprennent jamais rien toutes seules, et c'est fatigant, pour les enfants, de toujours et toujours leur donner des explications ». Ces mots du *Petit Prince*[1] de Saint-Exupéry sont si justes et emplis de sagesse que je comprends pourquoi cette œuvre poétique et philosophique traverse les époques et le cœur de tous les lecteurs.

*

Les animaux, qui ont inspiré les plus grands artistes et sont vénérés dans de nombreuses cultures, méritent eux aussi une place

de choix dans ma liste des messagers privilégiés du monde invisible pour se faire le relais entre les hommes et l'Au-delà.

Nous l'avons dit, ils ont, au sens propre, des matériaux sensoriels bien plus exceptionnels que nous, ainsi ils perçoivent le monde comme nous ne serons jamais capables de le voir – à moins de nous équiper de loupes, de microscopes et de sonars. Je fais parfois le parallèle avec les témoignages des expérienceurs de mort imminente qui évoquent les paysages paradisiaques auxquels ils ont accès dans l'Au-delà. Ils parlent de couleurs denses et kaléidoscopiques, de sons infinis et enchanteurs, de la perception unique de chaque cellule des êtres vivants. Je ne peux m'empêcher de me dire que les animaux ont naturellement accès à cette perception totale et parfaite de notre plan terrestre, et qu'ils en saisissent la beauté en chaque endroit : pensez que le chat voit même dans la nuit la plus noire, que la mouche a des globes oculaires si développés qu'elle peut percevoir deux cents images par seconde. Le monde animal est fascinant : afin de s'adapter à son environnement ainsi qu'aux exigences de celui-ci, chaque espèce a développé différentes qualités et habilités pour se l'approprier totalement.

Parler du sixième sens chez les animaux revient à faire une lapalissade : les animaux incarnent et SONT le sixième sens. Voir au-delà de leurs perceptions sensorielles, être à l'écoute totale de leur milieu de vie est la condition *sine qua non* à leur survie face aux différents prédateurs. Les hommes ont mis en sommeil cet instinct de survie dès lors qu'ils ont su satisfaire leurs besoins primaires et qu'ils ont instauré un cadre de vie sécuritaire.

Lors du tsunami qui a frappé l'Asie du Sud-Est en décembre 2004, les animaux avaient anticipé l'événement. C'est la vive réaction et la

fuite de plus de deux cents éléphants du parc de Yala, au Sri Lanka, qui ont ainsi permis de sauver des dizaines de touristes d'une mort certaine. Les Japonais et les Chinois ont depuis très longtemps constaté l'effet des tremblements de terre sur les animaux, et notamment sur les poissons. On a remarqué que les poissons-chats sont, par exemple, capables de ressentir les phénomènes physiques qui précèdent un séisme et qu'ils manifestent des réactions anormales : des aquariums ont d'ailleurs été installés dans les immeubles à forte activité sismique à des fins préventives.

Vous connaissez cette expression « le calme avant la tempête » ? Elle tire son origine d'un phénomène météorologique. Une période d'accalmie peut en effet se produire un court moment avant un orage, ou bien plusieurs heures avant le passage d'un ouragan. Ce calme étrange, presque inquiétant, se produit dans la zone qui entoure la tempête. Le plus terrible est que, durant cet instant suspendu, le soleil est généralement très présent et les vents sont quasiment absents.

Si on peut trouver une explication scientifique à ce phénomène terrestre, on remarque un mimétisme rare chez certaines espèces animales. Avant de montrer des attitudes nerveuses et de tenter de fuir à l'approche d'un danger, ils savent se taire et percevoir les signes qui les entourent. Les oiseaux sont étonnamment calmes, les félins se plaquent au sol pour faire corps avec ce dernier.

Avant même de les sacrifier sur l'autel de la bêtise humaine ou de les utiliser comme un support divinatoire, leur simple présence peut immédiatement faire sens. C'est comme chercher une trace divine à l'intérieur d'une statuette représentant Dieu : c'est la statuette en elle-même qui constitue le signe que l'Univers a placé sur votre route.

Les animaux sont tout naturellement des médiums dotés de facultés incroyables : ils sont télépathes et perçoivent les événements terrestres à venir ; ils sont doués de télékinésie, c'est-à-dire qu'ils peuvent provoquer une action directe de leur pensée sur la matière. Ils sont également parfois de grands guérisseurs. Et surtout, ils voient le monde invisible, les présences éthérées qui gravitent autour d'eux. Je n'aurais pas assez d'un ouvrage entier si je devais vous raconter toutes les anecdotes vécues par mes consultants avec leurs animaux de compagnie !

Les chats sont les partenaires favoris des médiums, car ce sont de grands médiums eux-mêmes. Je vous invite à les observer lorsqu'ils fixent intensément du regard un point dans une pièce, alors que nous ne percevons rien nous-mêmes. Ils sont comme happés par une présence, qui est bien souvent l'indication qu'un défunt est de passage là où nous nous trouvons.

Les chiens, quant à eux, aboient souvent sans raison en fixant à leur tour un endroit particulier de la maison comme s'ils voulaient protéger leurs maîtres d'intrus éventuels. Nos proches disparus aiment que les animaux viennent leur prêter main-forte afin de signifier leur présence.

Lorsque nos perceptions sensorielles ne suffisent pas à nous convaincre que nous avons reçu un signe des désincarnés, que nous doutons de la sensation d'une caresse sur notre joue, de l'ombre que nos yeux nous renvoient, du son que nous pensons avoir entendu, le monde invisible utilise tous les petits soldats disponibles de son armée céleste. C'est sans doute là un point fondamental que les hommes ont oublié : lorsque nous décidons de nous entourer d'un animal de compagnie, d'un chat, d'un chien, d'un

cheval ou d'un lapin, ce n'est pas nous qui le choisissons, c'est lui qui nous choisit.

Les animaux sont des êtres purs et lumineux qui acceptent de remplir une mission terrestre auprès de nous, dans une abnégation complète et un amour inconditionnel. Totalement livrés au sort que nous allons leur réserver, ils nous accompagnent sans réserve. Comme ils se trompent ceux qui parlent de l'homme comme d'une race bien plus évoluée que le monde animal ! Les animaux sentent les naissances, les morts, les dangers, et ont une acceptation quasi philosophique de ces notions de vie ou de finitude. Même si les fameux cimetières des éléphants sont probablement des légendes, il existe de nombreux endroits où l'on peut voir les pachydermes veiller leurs morts et montrer des signes de deuil. On sait par ailleurs que la plupart des animaux qui se savent en fin de vie s'éloignent de leur troupeau, de leur meute, et se laissent choir dans un coin isolé. Dans une totale acceptation.

Les animaux ont donc un objectif important sur cette Terre, à savoir marcher à nos côtés en tant qu'enseignants, messagers et donneurs de lumière et d'amour. Ils nous aident à comprendre ce monde dans lequel nous vivons et en sont la mémoire vivante. J'évoque souvent la grande bibliothèque de l'Univers, les annales akashiques, dans lesquelles sont consignées, sur un plan éthérique, les mémoires du monde : il suffit de regarder les espèces animales pour comprendre ce qu'était le monde terrestre avant nous et ce qu'il sera après nous ! Ils sont notre mémoire vive.

On me demande souvent si nous retrouverons nos fidèles compagnons une fois passé le voile. Je réponds oui sans une seconde d'hésitation. Les informations que m'accordent les défunts lors d'une séance médiumnique sont en premier lieu les conditions

de leur départ, les souffrances et les peurs auxquelles ils ont dû faire face et les proches qu'ils ont retrouvés de l'autre côté. Je présente toujours mes plus plates excuses à mes consultants ainsi qu'à mes chers défunts pour mes piètres connaissances sur les races de chats ou de chien, mais j'ai plaisir à leur décrire les fidèles compagnons qui apparaissent à côté d'eux.

Quant à savoir s'il est possible de recevoir le message médiumnique d'un animal, je réponds : absolument ! Si je ne parle pas le « chien » ou la « tortue », je vous rappelle qu'une information médiumnique nous parvient sous la forme d'un message quasiment télépathique. Il s'agit d'un partage d'énergies qui se transmettent dans notre boîte crânienne comme une pensée que l'on dépose en nous. Elle s'adapte à notre langage, à notre compréhension symbolique. Il en est de même pour les contacts médiumniques que j'établis avec des défunts qui parlaient une autre langue que la mienne. Je reçois le message en français, ma langue maternelle. La force de la pensée n'a ni langage, ni ethnie, ni barrière. Je n'ai pas besoin de le préciser, les mots ne sont pas plus utiles lorsqu'il s'agit de transmettre une émotion, un sentiment. Un seul regard d'un animal en dit long sur l'amour qu'il nous porte, sur la peur qu'il ressent. J'entrevois leur âme dans le fond de leur iris, et j'en suis toujours autant bouleversée.

De la même façon que nous pouvons percevoir et ressentir la présence de nos défunts, nos compagnons à quatre pattes s'appuient sur le champ sensoriel pour se manifester. « Anne, vous allez penser que je suis folle, mais je sens régulièrement mon défunt chat glisser entre mes jambes comme il avait l'habitude de le faire ! » « J'entends les pattes de mon labrador qui cliquent sur le carrelage de mon couloir ! Mais c'est impossible, le pauvre a été emporté par une tumeur digestive il y a plus de six mois ! » Nos

animaux ont choisi cette mission d'amour et d'accompagnement, ils font partie des alliés que nos guides nous envoient pour nous faire expérimenter une autre forme d'apprentissage ; ils appartiennent à notre famille d'âmes. Ils continuent alors de nous réchauffer de leurs manifestations, d'investir les lieux où ils ont vécu en notre compagnie.

Alors que je venais d'emménager dans une petite ville paisible du Val-de-Marne pour y élever ma fille sereinement, je me désolais toutefois du peu d'activités et de commerces qui avaient survécu alentours. L'une de mes amies m'appelle toutefois d'un ton enjoué pour me proposer de déjeuner avec elle dans un restaurant japonais qui venait d'ouvrir à deux rues de chez moi. Heureuse à l'idée de partager un moment convivial, je pressai le pas et entrai dans le restaurant déjà bondé. Au moment de choisir des sushis sur la carte, un détail me chiffonne. Je lui lance : « Il est très bien ce resto, mais je trouve que niveau hygiène et salubrité, c'est un peu limite de laisser son yorkshire au pied du bar ! »

Immédiatement, les autres convives me fixent dans un mélange de curiosité et d'inquiétude. Mon amie, qui me connaît très bien, me donne un petit coup de pied sous la table et me fait les gros yeux : je comprends qu'il n'y a aucun yorkshire dans ce restaurant… Alors, je décide d'investiguer afin de savoir pourquoi l'âme de ce pauvre animal est encore liée à ce lieu.

C'est la boulangère qui me mettra sur la piste quelques jours plus tard :

– Le nouveau restaurant japonais ? Vous voulez savoir ce qu'il y avait avant ? C'était le salon de toilettage de Madame Goncalves. Elle l'a fermé, la pauvre, après le décès brutal de son mari d'une

rupture d'anévrisme. Elle est partie dans le Sud pour se rapprocher de ses enfants.

Je comprenais enfin pourquoi je voyais une présence animalière dans ce commerce de bouche.

– Et puis, vous savez, six mois après, elle a perdu Léo, son petit york. Il l'accompagnait dans son salon, il était toujours…

– Il était toujours assis au pied de son bureau, c'est ça ?

– Exactement ! Comment le savez-vous ?

Je n'ai pas osé lui dire que c'était Léo lui-même qui me l'avait dit.

Parmi les animaux sauvages, rares sont ceux qui développent les maladies de nos animaux domestiques : cancers, diabète ou arthrose sont quasi inexistants dans le monde animal à l'état sauvage. D'aucuns diront, à juste titre, que l'alimentation industrielle que nous leur donnons n'est pas adaptée à leur équilibre. Leurs perturbations physiologiques viennent en grande partie de cette nourriture modifiée et des friandises que nous leur offrons comme s'ils étaient nos enfants. Mais, si leur hygiène de vie est responsable en grande partie de leurs maladies, c'est leur mission auprès de nous qui est surtout la source de leurs maux. Tels des guérisseurs, ils absorbent nos énergies négatives et nos fatigues, ils rééquilibrent nos émotions, se chargeant ainsi de ce bagage toxique. Si leur réflexe spontané pour se nettoyer de cet amas énergétique est d'être en contact avec la nature, cela n'est parfois pas suffisant et des maladies peuvent apparaître. Ils n'hésitent pourtant jamais à mettre leur existence en péril pour agir auprès de nous comme des magnétiseurs dévoués et sacrificiels.

Ben est un magnifique golden retriever de quatre ans qui fait la joie de la famille Lemaître. Malgré un emploi du temps chargé, Paul, le patriarche, s'octroie une longue balade quotidienne en sa

compagnie dans le petit bois qui jouxte sa propriété. Cela lui permet de se retrouver un peu au calme, loin de sa vie de chef d'entreprise, et de s'entretenir, grâce à Ben qui le fait courir dans tous les sens. Un petit matin de printemps, Paul fait la grimace en découvrant les résultats de son check-up : cancer de la prostate. Même si la maladie a été prise à sa genèse, il est hospitalisé et doit subir une intervention chirurgicale qui le contraint à beaucoup de repos. C'est donc Nadine, son épouse, qui prend le relais de la fameuse promenade. D'un pas hésitant, elle chausse des bottes et s'aventure dans les bois avec Ben. Malgré une heure de balade, rien n'y fait : Ben joue avec entrain, mais ne fait pas ses besoins. Nadine se dit que le chien, contrarié de ne pas faire sa promenade avec Paul, la boude et qu'il acceptera progressivement ce changement de programme. Mais Ben doit être, lui aussi, amené d'urgence chez le vétérinaire afin de subir une intervention ; ce dernier demande aussitôt à Nadine ce qui a changé dans les habitudes de Ben, car la radiographie montre que sa vessie est devenue comme un globe ! La pauvre femme ne fait évidemment pas le lien avec la maladie qui touche son époux.

Paul retrouve de son côté un peu d'énergie et son oncologue l'encourage à quelques micropromenades dès qu'il s'en sentira la force. Sa première sortie, c'est bien sûr en compagnie de Ben qu'il la fera. Les deux convalescents s'engagent donc sur un petit sentier ; Ben parviendra aussitôt à faire rire son maître en mouillant le bout de ses bottes ! Si vous demandez à ce chef d'entreprise cartésien ce qui lui a permis de combattre son cancer, il vous répondra qu'il faut interroger son golden retriever, qui a partagé un peu du mal qui le rongeait. Je crois qu'il a raison.

Nos animaux sentent et pressentent, souvent bien avant nous, les symptômes latents ou les maladies que nous ne percevons pas

nous-mêmes. Aurélie, l'une de mes consultantes fidèles, est une cavalière émérite. Elle a remporté de nombreux concours équestres grâce à Tornade, son pur-sang anglais, une formidable monture au caractère de cochon, comme elle le décrit. Il n'hésite jamais, quand il a envie de rentrer au paddock, à la faire tomber devant l'obstacle ; il croque le bout des doigts de tous ceux qui le nourrissent si les carottes ne débitent pas assez rapidement. C'est un champion aux caprices de diva ! Mais, depuis quinze jours, Aurélie est déboussolée. Tornade est aussi calme qu'une petite brise d'été. Pas une saute d'humeur. Julien, son entraîneur, lui crie alors depuis le manège où il observe Tornade : « Aurélie va vite faire une échographie ! ». La cavalière ne comprend pas ce que Julien tente de lui dire. L'entraîneur lui dit alors : « T'es enceinte, ma vieille ! T'as pas compris ? Tornade fait déjà attention au bébé ! » Effectivement enceinte de deux mois mais absorbée par son rythme effréné, Aurélie avait attribué ses fatigues et ses nausées à une petite indigestion passagère.

« On peut juger de la grandeur d'une nation par la façon dont les animaux y sont traités », écrivait Gandhi. Vous qui êtes à la recherche de signes, qui tentez de regarder autour de vous en suppliant la voûte céleste de vous envoyer un messager pour accompagner vos pas, sachez que les sources d'enseignement sont déjà là. Chaque espèce animale a pour mission de nous enseigner une valeur, une vertu, un trait de caractère spécifique. Qui n'aime pas les chats, ou au contraire les chiens, pourrait plutôt se demander : « Qu'y a-t-il chez le chat qui reflète en moi quelque chose sur lequel je dois travailler ? Ai-je une difficulté avec la notion d'indépendance, de détachement ? » J'aime à rappeler que le chat est le grand garant silencieux des secrets de famille ; il observe,

impassible mais toujours profondément, les événements heureux ou malheureux d'un foyer. Il est un peu le regard que le Créateur pourrait poser sur nous sans jugement ni entrave. Cet œil mystérieux et attentif peut être déroutant pour ceux qui ont fait du « ni dieu ni maître » un adage.

Le chien est un merveilleux enseignant de l'amour inconditionnel, du don sans rien attendre en retour. Il insuffle à ceux qui seraient dans la restriction et le calcul non seulement la notion de générosité, mais également de bonheur simple. Observons ces animaux être dans l'enthousiasme et la joie à la simple vue d'une balle qu'on renvoie, d'une sortie avec leur maître, d'une friandise. Pour tous ceux que cet entrain débordant exaspère, vous pourrez le deviner tout aussi bien que moi : ce qui provoque des grincements de dents chez les autres est un travers que l'on tente de gommer chez soi…

Si vous cherchez des messagers, enfin, levez simplement les yeux, ils volent au-dessus de nos têtes ! Tant de défunts redonnent aux oiseaux leur rôle de pigeon voyageur d'antan. Ils se posent sur le rebord de nos fenêtres, tapent parfois avec leur bec contre nos vitres, et demeurent immobiles là où ils seraient partis habituellement d'un battement d'ailes. J'aime tant l'idée de savoir qu'ils transportent, l'espace d'un instant, un peu de l'âme de nos chers disparus qui les utilisent comme « moyen de transport » pour venir nous faire coucou. L'oiseau n'a jamais aussi bien incarné son rôle ancestral d'intermédiaire entre le plan terrestre et le plan céleste.

Dans une société où l'on massacre encore tant les animaux, nombreux sont ceux qui tentent toutefois de décrypter les messages de ces derniers par le biais de la communication animale, saisissant l'urgence à comprendre ce qu'ils tentent de nous dire. Choisir

d’accomplir un bout de chemin en compagnie d’un animal n’est jamais fortuit : ce dernier devient notre enseignant, nous encourage à créer une autre forme de langage où les regards et les attitudes valent mille mots. Il reçoit nos joies, nos peines, nos maux sans concession aucune. Certains s’insurgent que l’on puisse comparer la mort d’un animal à celle d’un proche. Ils ne les trouvent en rien comparable. J’essaie toujours d’apporter de la nuance dans ces propos en leur rappelant l’intensité des liens que l’on peut créer avec nos fidèles compagnons et le chagrin immense dans lequel ils nous laissent à leur mort. Ils remplissent souvent les journées des plus esseulés, accompagnent ceux qui souffrent, guident ceux qui ne voient plus, socialisent les petits autistes, responsabilisent ceux qui ne se sentent plus capables. Ils sont nos anges du quotidien.

Les apparitions angéliques

Le monde invisible est en perpétuelle recherche des meilleurs véhicules terrestres qui puissent transporter ses énergies subtiles jusqu’à destination. Pour atteindre l’âme et le cœur de ceux à qui ses messages s’adressent, il lui faut une patience à toute épreuve et une parfaite synchronisation. S’il sollicite nos champs sensoriels, privilégie l’univers des enfants, choisit des messagers spirites, s’entoure du monde animal, il est des rendez-vous inquiétants que nous prenons avec notre destinée qui supposent une action immédiate de la part de nos guides.

Pierre Jovanovic écrit dans son *Enquête sur l’existence des anges gardiens*[2] qu’il a compilée en interrogeant des victimes d’une expérience de mort imminente : « Nous ne pouvons mourir qu’à l’heure prévue dans l’agenda divin. » Si nous sommes confrontés à de terribles épreuves, à des accidents qui pourraient nous mettre en

danger de mort ou influer négativement sur le programme terrestre que nous nous sommes engagés à vivre, les anges sont chargés de tout remettre en ordre et d'intervenir de façon efficace.

Dans ces moments d'urgence ou lorsque nous devons recevoir un message impérieux, nos guides déclinent leurs interventions divines en se servant de l'énergie humaine tout entière. Mieux encore : ils s'incarnent, le temps de leur mission, en êtres humains. On les appelle les anges incarnés. Dans l'histoire des religions, on tendrait à les appeler prophètes ou messies. Dans le cas des interventions de nos guides incorporés, le temps d'une mission, dans un corps humain, il n'est jamais question pour eux de se révéler à nous sous leur forme réelle, ou que nous puissions comprendre instantanément à qui nous avons affaire. Pas de messie qu'on érigerait en héros, pas de prophète que tout un peuple adouberait. Juste un souffle d'amour qui nous sauve de situations périlleuses. N'avez-vous jamais senti une force vous faire ralentir subitement au volant de votre voiture ? N'avez-vous jamais senti votre corps entier freiné dans sa course ou contraint à changer de direction alors que votre cerveau vous commandait le contraire ?

Lorsqu'en 2017, l'immeuble mitoyen au mien a été soufflé par une explosion au gaz à quelques minutes de recevoir un consultant, je me tenais à la fenêtre, au téléphone, en train de regarder machinalement mon quartier s'activer. Une première déflagration m'a surprise, et j'ai automatiquement pensé à un véhicule qui aurait terminé sa course contre un mur de mon boulevard. Je n'avais absolument pas réalisé la proximité de l'explosion, et encore moins la cause. Je n'ai pas eu le temps de réagir ni de réfléchir quand je me suis sentie happée au sol par une force enveloppante et invisible, au point de me retrouver à plat ventre, le nez contre mon

parquet. Quasi simultanément, une seconde déflagration, d'une violence inouïe, a soufflé toutes les vitres de mon appartement, projetant des milliers de bouts de verre dans toutes les pièces comme autant de couteaux tranchants. Comprenant ce à quoi je venais d'échapper, j'ai remercié aussitôt ma cohorte céleste de m'avoir protégée de blessures certaines en me clouant au sol. Mon guide avait fait davantage encore, car mon consultant, qui aurait certainement dû passer devant l'immeuble au moment où celui-ci a explosé, avait pris du retard parce que son GPS l'avait perdu et qu'il avait pris le sens opposé à ma direction, m'a-t-il dit au téléphone quelques minutes plus tard ! Il tenait à me présenter des excuses pour son retard… Nous avons eu besoin de rester en ligne un moment ensemble, conscients de ce à quoi nous avions échappé tous deux et qui relevait du miracle.

D'aucuns pensent souvent qu'évoquer les miracles dont les anges sont capables relève d'un besoin exacerbé de mysticisme ou d'une envie de retourner dans l'univers vaporeux des contes de fées. J'aime beaucoup la définition des miracles par Georges Gurdjieff : « Un miracle n'est pas une rupture des lois naturelles, ni un phénomène étrange à ces lois. Ce sont les lois elles-mêmes qui, en restant encore incompréhensibles, sont en réalité miraculeuses. » Je dirais, pour ma part, qu'un miracle est en quelque sorte le fruit de l'union de la Terre et du Ciel qui se seraient enfin retrouvés dans un pacte de confiance et d'amour.

Les anges n'hésitent pas à prendre forme humaine pour intervenir dans des moments désespérés. Je pense à Virginie, Wonder Woman contemporaine qui jongle entre ses jobs de maman de trois bouts de chou, de vétérinaire aux commandes de sa propre clinique,

et d'épouse dévouée pour son mari, rongé depuis quelques années par une sclérose en plaques.

Virginie sait qu'elle est le mur porteur de son édifice familial et qu'elle doit gérer un planning de ministre. Mais peu importe les défis du jour à relever, sa blouse informe réglementaire et ses surchaussures bleu canard, Virginie respecte une règle intangible : rester féminine en toutes circonstances. Hors de question de se montrer négligée ! C'est donc juchée sur des talons et flattée par une jupe qui lui caresse les chevilles que Virginie s'engage sur le passage piéton pour se rendre à sa clinique, maintenant que les petits sont dans leurs classes respectives. Elle peste d'attendre que stoppe la coulée incessante des voitures puis se lance sur les bandes blanches. Au milieu de la chaussée, son talon se prend dans ses vêtements, Virginie perd l'équilibre et chute lourdement au sol, sonnée par l'impact du bitume contre son front. Alors qu'elle tente de reprendre ses esprits, elle sent un bras qui se glisse sous le sien et la relève. Elle se laisse porter comme une poupée de chiffon par cette force herculéenne. « Je ne sais pas qui est le bras musclé qui vient de me tirer hors de la chaussée, se dit-elle, mais c'est un superhéros. » Encore étourdie, Virginie n'ignore pas, en effet, que cet homme vient de lui sauver la vie. Bien que positionnée sur un passage piéton, elle était promise à une mort certaine.

« Mais où courez-vous comme ça, jeune dame ? Il faut prendre le temps de savourer la vie, vous ne pensez pas ? », lui chuchota son sauveur du jour tandis que des témoins affolés appelaient les secours.

La belle quadragénaire, levant enfin les yeux, ne put masquer sa stupeur : pas de prince charmant, pas de gladiateur des temps modernes. Non. Un vieil homme, frêle comme une liane. Virginie n'était pourtant pas folle ! Le bras qui l'a soulevée sur la chaussée

ne pouvait pas appartenir à cet octogénaire fragile. Elle se sentit tant déstabilisée par son regard, par cette impression de familiarité qu'elle partageait avec lui, par sa bonté, qu'elle fut incapable de prononcer le moindre mot. Si elle avait l'impression d'avoir vécu un moment suspendu dans sa vie trépidante, tout s'agitait pourtant autour d'elle et elle se retrouva, cette fois-ci, portée par des héros tout à fait identifiables grâce à leur uniforme : les pompiers.

Sur la presqu'île de Quiberon, où elle avait abandonné mari et enfants, le temps d'une cure de thalassothérapie pour soigner sa cheville cassée, Virginie comprit qu'elle avait mis en application les conseils de « l'inconnu du passage piéton » : prendre davantage de temps pour elle, car quelques minutes suffisent à faire basculer une existence. Elle ne savait pas trop à quoi les anges pouvaient bien ressembler, mais elle sut que ce jour-là, elle en avait rencontré un.

Nos guides, nos anges gardiens, peuvent être les grands locataires de notre corps terrestre le temps d'une mission de la plus haute importance. À quoi pouvons-nous les reconnaître ? Pour en avoir déjà fait l'expérience, je vais tenter de vous en donner les principales caractéristiques.

Je me promenais jadis dans un endroit que j'aime beaucoup et dont le nom ne s'invente pas : le château du Bois la Croix, en Seine-et-Marne. Dédié au public après avoir été longtemps réservé à un cadre familial, ce château dispose de magnifiques espaces arborés et totalement clos. Ce qui était parfait pour déambuler dans ses allées verdoyantes avec ma fille, qui marchait à peine, et mon westie, qui adorait les grandes escapades : j'étais certaine de pouvoir m'y promener sans danger. J'avais le cœur bien lourd, ce jour de promenade, encore endeuillée par le départ de ma maman, tourmentée par ma vie de mère isolée et par les nombreuses

difficultés auxquelles je devais faire face chaque jour. Absorbée par mes rêveries mélancoliques, je m'autorisai quelques larmes, sachant les promeneurs rares en ce dimanche de mars. Je me surpris toutefois à renifler maladroitement et à me racler la gorge, car j'aperçus subitement une femme avancer dans ma direction. Mais par où était-elle passée, pensai-je tandis que je tentais de faire bonne figure ? Je ne sus lui donner d'âge, mais je me rappelle qu'elle avait de longs cheveux blancs, presque fluorescents. Sa démarche n'était pas fluide et elle faisait mille petits pas là où je n'en faisais que deux. Alors qu'elle n'était qu'à quelques mètres de moi, je « sentis » son énergie. Un mélange de puissance et de douceur. Alors que j'arrivai à sa hauteur, elle me gratifia d'un immense sourire, qui me décontenança et me dit :

– Bonjour, quelle belle journée, n'est-ce pas ? Ne vous inquiétez pas, les choses vont aller beaucoup mieux désormais. Prenez soin de vous.

Mais qui était donc cette femme ? Pourquoi me disait-elle tout cela ? Mon Dieu, comme elle était apaisante ! Voilà les pensées qui traversèrent mon cerveau à cet instant précis. J'étais en état total de sidération, incapable de répondre de quoi que ce soit. J'eus à peine le temps de rassembler mes esprits et de me retourner pour la remercier de sa bienveillance, que je m'aperçus que j'étais de nouveau seule sur mon petit sentier. Je pris ma fille dans les bras, tirai sur la laisse du chien, et me mis à arpenter toutes les allées du château à la recherche de mon inconnue. J'étais optimiste dans ma quête, car sa démarche peu assurée ne pouvait pas lui permettre un sprint à travers les buissons. Non seulement je ne l'avais pas vu arriver, mais je ne l'ai pas vu repartir : elle s'était comme évaporée. Ce qui me resta d'elle m'accompagna en revanche bien longtemps : elle avait apaisé une partie de mon cœur et calmé le feu de mes

émotions. Je ne la revis jamais, malgré mes balades journalières dans ce parc. Je pris conscience du cadeau qui m'avait été fait avec cette apparition angélique.

Peu importe les traits sous lesquels ils apparaissent, les anges diffusent une énergie si puissante qu'elle nous apaise aussitôt. J'oserais par ailleurs dire qu'elle a des vertus de guérison immédiate. Cette rencontre avec un autre plan énergétique est tellement percutante qu'elle nous fige littéralement. J'ai en tête beaucoup de témoignages où, comme pour Virginie et pour moi, les gens disent avoir été incapables de parler ou de se mouvoir. L'autre particularité de ces apparitions est l'intensité du regard de nos anges qui ont revêtu, pour quelques instants, un « déguisement » humain. Il est profond, intemporel et familier. Ce qui accentue le contraste d'une rencontre tout à fait fortuite. Nous nous sentons instantanément liés à de parfaits inconnus. Très souvent, ils prononcent à notre attention une phrase qui, si elle peut sembler d'abord anodine, se charge ensuite d'un sens profond et en totale synchronisation avec ce que nous vivons au moment de leur présence. Je rappelle, une fois encore, qu'une apparition angélique est toujours motivée par une urgence, un danger, ou un moment charnière de notre existence terrestre. Nous sauver d'une mort certaine, nous prévenir d'un danger imminent, nous encourager ou encore nous féliciter : tels sont les motifs impérieux qui justifient un tel déploiement céleste.

Il faut préciser que les anges ont la capacité d'apparaître et de disparaître à leur guise : Virginie ne revit jamais le vieux monsieur qui lui sauva la vie, alors qu'elle arpentait chaque jour le quartier puisque l'école de ses enfants se trouvait au coin de la rue. Quant à ma promeneuse aux cheveux blancs, elle n'avait ni la capacité

physique, ni le temps matériel pour s'éclipser de mon champ de vision aussi rapidement.

Enfin, je dois noter la sensation de diffusion lente, la vibration prolongée qu'une telle apparition déclenche en nous. Il serait fou de parler de nostalgie pour évoquer quelques minutes passées avec un inconnu, mais il s'agit pourtant de cela. Cette femme, que je ne connaissais pas un instant auparavant, me manquait comme si j'étais éloignée d'un membre de ma famille. La connexion avait été immédiate et fluide, au point que je compris sans doute qu'il s'agissait de retrouvailles. Je vous souhaite de tout cœur d'avoir un jour la chance de vivre cette expérience extraordinaire ; au-delà de la magie de l'instant, elle nous encourage surtout à mener une introspection importante et nécessaire sur notre existence. Plus qu'un signe sur notre route, c'est le moment privilégié où l'enseignant rejoint l'élève et l'accompagne de son savoir et de sa bienveillance.

Je fais souvent le lien avec l'apparition de nos proches décédés dans les songes ; nous sommes, dans notre état de sommeil, comme paralysés, spectateurs de la scène qui se déroule devant nous, au point de nous sentir gauches et maladroits. Les phrases que nous entendons ou que nous prononçons sont, elles aussi, elliptiques et condensées. La présence d'une entité céleste dans notre quotidien est en quelque sorte un songe éveillé. Mais les contingences terrestres nous sortent avec rapidité et parfois violence de cet état suspendu : c'est un accident mortel qu'on évite, un drame à côté duquel on passe. Je suis dans le cœur de toutes les mères de famille qui ont perdu un enfant, dans celui des épouses qui ont retrouvé leur bien-aimé dans un enfer de tôle broyée ; je suis dans le cœur de tous les enfants qui n'ont plus vu, un jour, leur père ou leur

mère rentrer à la maison. J'aurais aimé qu'un ange soit venu, à son tour, les extirper d'un chaos fatal. Pour reprendre les mots de Melvin Morse qui parle d'agenda divin et de date arrêtée sur le cadran de la montre divine, je crois que seul un grand chemin de deuil et une teinte spirituelle à notre existence nous permettent la résilience. Plonger au cœur d'un drame, c'est avant tout entamer une profonde plongée au cœur de soi. C'est un impératif rendez-vous avec soi-même.

Paul Éluard a écrit dans *Capitale de la douleur*[3] ces vers pour la postérité : « J'entends vibrer ta voix dans tous les bruits du monde. » S'il s'adresse à la femme qu'il aime, cet écho de l'amour pourrait expliquer les chemins que nos guides empruntent pour nous laisser une empreinte sonore. S'ils ne se présentent pas physiquement à nous, ils sont capables de prendre le contrôle de toutes les voix du monde comme porte-voix. Nous en sommes les premiers élus : nous devenons des messagers efficaces, des prophètes qui s'ignorent – la plupart du temps. Ne vous est-il jamais arrivé de penser, en vous adressant à quelqu'un : « Mais pourquoi suis-je en train de dire tout cela ? Comment puis-je être certain des propos que j'avance ? » Tandis que votre cerveau tente d'analyser vos mots et les enchaînements de vos idées, vous êtes toutefois incapable de vous arrêter de parler. Devenir le spectateur de son propre discours est souvent très déroutant.

Mes contacts médiumniques m'ont permis de rentrer en canalisation avec de jeunes gens décédés dans la fleur de l'âge. Alors qu'ils s'adressent, par mon entremise, à leurs parents venus récolter un précieux message, il n'est pas rare que ces derniers commencent ainsi :

– Dis à mes parents que, durant ma vie terrestre, je n'ai eu de cesse de leur envoyer des signes pour leur indiquer que ma vie serait courte ! Je les avais prévenus, sans même m'en rendre compte ou le penser réellement, que je ne serais que peu de temps auprès d'eux.

Combien de parents recueillent ce type de propos avec étonnement, puis fouillent quelques instants dans leur mémoire avant de s'écrier :

– Mon Dieu, c'est vrai ! Mon fils me disait sans arrêt qu'il n'avait pas le temps de dormir, qu'il fallait qu'il se dépêche de vivre avant d'atteindre la majorité. Je lui répondais qu'il devait se consacrer à ses études, qu'il aurait ensuite tout le temps de s'amuser. Il est décédé la veille de ses dix-huit ans, sur le siège passager de la voiture d'un ami qui, en état d'ivresse, a manqué un virage et a foncé dans un platane.

De la même façon que les défunts empruntent la voie médiumnique pour se manifester auprès des vivants et apporter des preuves de survivance, nous pouvons tous, à notre insu, être « réquisitionné » par le monde invisible pour devenir des facteurs terrestres. J'ai autant de scénarii à vous proposer qu'il existe d'humains sur cette Terre : choisissez celui qui se rapproche de ce que vous avez déjà vécu !

Vous vous levez avec l'esprit tiraillé par un choix à faire, par un problème à résoudre. Vous effectuez vos gestes du quotidien en « pilotage automatique », mais votre mental ne cesse d'élaborer des issues possibles à la situation qui vous préoccupe. Vous vous rendez au travail, vous allez déjeuner entre collègues et vous vous laissez enfin emporter par la bonne ambiance générale de votre tablée. Entre un rire et un bon mot, vous voyez passer, juste à côté

de vous, deux femmes qui se dirigent vers leur table tout en discutant. Même si vous ne souhaitez pas écouter ce qu'elles se disent, une de vos oreilles ne peut s'empêcher de traîner dans leur direction. Tout à coup, au milieu de ce brouhaha, deux phrases attirent votre attention : « Tu sais bien que tu restes avec lui par peur de la solitude ! Qu'attends-tu pour te libérer ? »

Vous préférez peut-être le coup de fil à votre meilleure amie, qui, au milieu de la conversation, vous parle d'une de ses tantes que vous ne connaissez absolument pas, tout en émettant un avis à son sujet : vous avez, à ce moment précis, la sensation que ce message vous est adressé.

Et si c'était plutôt votre petit dernier vous sollicitant pour vous réciter sa poésie ? Alors qu'il met du cœur à l'ouvrage, vous découvrez que le thème de ce poème est l'amitié et les liens intangibles qu'elle crée. Vous ne pouvez pas vous empêcher de sangloter : la veille, vous avez eu des mots durs avec votre amie de toujours. La voix cristalline de votre petit garçon qui déclame innocemment que « l'amitié double les joies et réduit de moitié les peines » vous touche en plein cœur. Cela tombe bien, c'était le but !

Homo homini signum est : « L'homme est un signe pour l'homme. » Je vais certainement faire grincer des dents tous ceux qui détestent l'idée que nous pouvons parfois être des marionnettes que l'on agite et que l'on fait parler comme des personnages de la grande comédie humaine, mais j'y vois tant de clins d'œil ! Ceux de nos guides et de leur humour indéfectible à se servir des uns et des autres comme des messagers, même pour les plus sceptiques d'entre nous.

J'ai choisi officiellement, et au prix de jugements parfois sévères et de mises au rang violentes, d'être une messagère de l'Au-delà. Je

n’ai donc aucun souci à être un support sémiologique pour mes congénères, de manière volontaire ou non. Non pas par manque de personnalité ou par goût particulier pour la servitude mais parce que je sais que le Ciel est pavé de bonnes intentions. Il n’a pas pour mission de nous lancer des pétales de roses sur notre chemin et de créer un monde idyllique, il est le souffleur dans la coulisse de la pièce de notre existence terrestre. Il est là pour faire respecter le plan que nous nous sommes engagés à vivre. Comme au théâtre, il s’agit parfois d’une comédie, parfois d’une tragédie.

Dans nos moments plus légers, comme dans les vaudevilles, nous vivons des quiproquos, des épisodes où les dialogues se croisent et s’échangent. C’est exactement ces chassés-croisés que nos anges choisissent pour nous transmettre leurs messages, ils profitent de notre énergie pour nous faire devenir des vecteurs efficaces de signes les uns pour les autres.

Écriture automatique et art divinatoire

« J’ai vu un ange dans le marbre
et j’ai seulement ciselé jusqu’à l’en libérer. »
Michel-Ange

Notre nature même d’êtres humains, pétrie d’imperfections, d’approximations sensorielles et de scepticisme acharné, ne rend pas la communication sémiologique aisée pour le monde céleste. Pourtant, quand on parle d’humain, on fait de toute façon toujours référence à l’animal, puisqu’ils se rejoignent étymologiquement avec le terme grec *zôon*, qui signifie « le vivant » ou « l’animé ». Mais avec quelque chose en plus.

Ce « quelque chose en plus » pourrait être assimilé à ce que l'on appelle, de façon populaire, « le petit supplément d'âme » : si on le nomme « raison », on peut davantage l'appeler langage, justice, conscience, liberté, sens de la mort ou de l'éternité. L'homme a la capacité de se raconter perpétuellement des histoires ; et là où l'animal construit de l'utile et du nécessaire, l'homme a la capacité de créer du futile et du beau. Il est allé chercher tous les supports possibles pour communiquer, laisser une trace de son passage dans un souci de postérité et de souvenir. À travers l'art, il a su figer le temps et l'espace. Il a non seulement créé différentes formes de langages, mais il a transformé l'utile en témoignage ineffaçable de son talent. Comme l'écrit Claude Roy, « L'art, c'est ce qui, dans un objet, continue à servir quand il ne sert plus à rien. »

L'art tend essentiellement à nous rapprocher les uns des autres, à soumettre nos œuvres à nos congénères dans une conscience de communauté. C'est là que nous privilégions l'activation de notre cerveau droit, siège du fameux « point divin ». Tandis que notre cerveau gauche jouit d'une belle réputation dont les valeurs sont portées aux nues, comme un esprit vif, méthodique et rationnel porté à la performance et à l'analyse, notre cerveau droit recèle de nombreux trésors. C'est là que loge l'intelligence relationnelle basée sur l'émotion et la sensibilité, friande de nouveautés et d'invention. Cette créativité à fleur de peau, nous la déposons sur une toile, sur une feuille ou encore les mains plongées dans l'argile pour nous mettre au service de notre sensibilité.

Cela va vous sembler exagéré, mais je ne me suis jamais sentie aussi proche du divin et des sphères éthérées que juchée sur mes chaussons de danse classique ! Ce résultat chorégraphié, union de la technique du corps et de la grâce de l'esprit, dégageait une énergie quasi sacrée qui, si elle émanait de moi, ne semblait

pourtant pas m'appartenir. Je pense que les peintres, les écrivains, les musiciens, les sculpteurs ou les dessinateurs ressentent exactement la même chose : grâce à la création artistique, ils ont ouvert un canal privilégié de communication avec l'Au-delà. Je dis très souvent que si les outils et les perspectives des médiums sont différents de ceux des artistes, ils se rendent pourtant au même endroit, une source commune de matériaux de transmission. Si le monde invisible utilise l'homme, dans sa mécanique sensorielle, pour communiquer, il s'engouffrera davantage dans cette voie artistique en détectant nos talents.

Je ne peux qu'ouvrir la porte de ces talents par une discipline qui me concerne intimement : l'écriture. Rédiger une carte postale à une amie ou *À la recherche du temps perdu* ne s'adresse pas au même lectorat et n'a forcément pas les mêmes ambitions. Cela commence de la même façon : c'est mettre son inspiration au service d'une production littéraire. Relisez le mot « inspiration » en lui donnant une autre dynamique ; vous allez vous emplir d'une énergie extérieure, comme l'air dont vous emplissez vos poumons, pour la filtrer, la consommer et l'expulser. Ce que vous expulserez n'aura plus la même composition que ce que vous avez inspiré. Il s'agira alors de votre production personnelle. Le monde invisible profite de ce moment d'ouverture psychique et créative pour vous souffler vos mots, vos idées. Il peut ainsi être à l'origine d'idées brillantes, d'histoires dont vous devenez le dépositaire en leur donnant vie grâce aux mots. Toutefois, au moment où l'on vous interroge sur la source de vos idées, de votre inspiration, vous vous trouvez dans l'incapacité de répondre : rien dans votre quotidien ni dans votre univers référentiel ne vous a influencé à l'écriture d'un tel récit… Beaucoup d'écrivains prétendent avoir reçu une œuvre littéraire comme héritage d'un vieil ancêtre dont ils ignorent tout. Ils

témoignent très souvent de l'urgence à se saisir de leur plume et à se mettre au service de leur histoire. Comme si une voix inaudible pour leur entourage leur disait : « Dépêche-toi ! »

Dans cet « état » d'écriture, nos chers disparus ont enfin les conditions idéales requises pour que nous devenions de parfaits messagers. Ils ont à la fois notre attention, notre concentration, la sollicitation de notre partie créative, et surtout l'état d'attente dans lequel nous nous plaçons.

Écrire sous la dictée d'un défunt se nomme « écriture automatique ». La « psychographie » était son premier nom, acquis en 1861 sous la plume du célèbre fondateur du spiritisme, Allan Kardec avec la définition suivante : « Une personne écrit sans regarder son papier des phrases suivies et même des pages entières, sans avoir conscience de ce qu'elle écrit. » On utilisera plus tardivement cette « discipline » en psychologie pour faire parler l'inconscient du patient.

André Breton sera le premier à établir un manifeste de l'écriture automatique créative dans son *Manifeste du surréalisme*[4], en 1924. Elle consiste à recueillir sur une feuille de papier des messages de l'Au-delà. Il peut s'agir de simples mots disparates ou, au contraire, d'un texte entier récolté d'un seul trait. Les mots sont très souvent accolés ensemble, sans séparation ni ponctuation, puisque le scribe ne lève que peu la main de sa feuille. Le stylo se fait point de jonction efficace entre l'univers terrestre, symbolisé par la feuille, et la production spirite, induite dans les mots déposés. En tant que médium, il s'agit d'une discipline que je connais particulièrement bien, et il me semble important d'y apporter des informations complémentaires.

Tout d'abord, selon moi, il faut distinguer écriture automatique et écriture inspirée. La première, décrite par les surréalistes, est totalement indépendante de nous : la main s'anime et forme des lettres, des mots, sans que nous ayons conscience à aucun moment de ce que nous écrivons. Je connais des écrivains spirites qui peuvent soutenir une conversation avec vous tout en grattant un stylo sur leur feuille de papier ; les scribes sont capables d'écrire dans une autre langue que la leur, ou d'inscrire des symboles, des dessins dont ils ignorent tout. Leur calligraphie même change, tout autant que leur style littéraire.

L'écriture dite « inspirée » présente de nombreuses similitudes avec l'exercice médiumnique. Il s'agit, une fois encore, d'une prise de dictée au moyen d'une feuille et d'un stylo, afin de recevoir le message d'une entité désincarnée. Mais l'écriture elle-même s'accompagne d'un phénomène de « clairaudience » : vous entendez d'abord dans votre boîte crânienne les mots que vous formez. Vous êtes donc totalement conscient de l'exercice auquel vous vous livrez ; c'est pourquoi j'utilise le mot « dictée » : il s'agit d'un texte qui vous est soufflé et que vous reproduisez fidèlement sur votre feuille. Dans mes premières années d'exercice, je me livrais à des prises de notes d'écriture intuitive. Tandis que les défunts me parlaient, j'éprouvais le besoin d'écrire leurs messages par peur de ne plus me souvenir de leurs propos, tant l'exercice est dense et particulier. Il me fait penser à celui des traducteurs qui recueillent les propos de leur interlocuteur et qui les traduisent ensuite. Si, pour les médiums, il ne s'agit pas de traduction linguistique, je peux vous assurer que je fais parfaitement la différence entre mes mots et ceux que je reçois des défunts. Leur style, leur façon de s'exprimer, leurs références sont souvent différentes des miens, et je dois m'appliquer à reproduire fidèlement

ce qu'ils sont venus me dire. Les puristes vous diront certainement que l'écriture inspirée n'est pas de l'écriture automatique. Je ne partage pas ce point de vue ; pour moi, au contraire, l'écriture inspirée est l'antichambre de la médiumnité.

Je dois maintenant poser de nombreuses observations en ce qui concerne l'écriture automatique. Dès lors qu'elle a été récupérée par l'univers littéraire, psychologique et ésotérique, elle a subi la pire des inclinaisons qui soit : l'effet de mode. Comme il était plaisant d'occuper de mornes soirées d'hiver à recueillir les messages de désincarnés ! Comme il pouvait être excitant de se créer des frissons à l'idée de sentir son crayon bouger seul et guider notre main ! Pour reprendre ma métaphore de la porte : se lancer dans l'écriture automatique sans précaution, c'est comme ouvrir en grand la porte de chez soi et inviter quiconque à rentrer. Dangereux. Exactement comme l'écriture automatique. Vous devenez en effet un outil de communication tout à fait désemparé et à la merci de l'interlocuteur qui souhaite venir.

Malgré vos nobles intentions d'apaiser votre cœur meurtri et de rentrer en contact avec un être cher, je me dois de vous donner ces conseils afin de ne pas vous laisser envahir, voire totalement submerger par des présences polluantes.

On ne pratique tout d'abord pas l'écriture automatique entre deux lessives, le bain du petit dernier et son programme télévisé préféré ! Recueillir des messages de l'Au-delà, c'est avant tout SE recueillir, se rassembler, se mobiliser entièrement à un exercice sacré. Vous viendrait-il à l'idée de répondre au téléphone alors que vous êtes en train de vous recueillir sur la tombe d'un proche disparu ? Trouvez un moment privilégié pour pratiquer l'écriture automatique. Vous aviez par ailleurs compris que l'on se recueille toujours mieux lorsque l'on est seul : évitez les maisonnées remplies, choisissez la

pièce dans laquelle vous vous sentez le mieux. Disparaissez au profit de la cause qui vous anime ! Soyez dans les meilleures conditions possibles pour oublier que vous êtes un support vivant : avoir faim, soif, froid ou mal au dos parce que votre chaise est trop rigide, être déconcentré par les bruits de la rue sont autant de paramètres préjudiciables à l'exercice. Devenez aussi efficace que votre stylo, au point d'en devenir la prolongation !

Choisissez ensuite votre meilleure heure intellectuelle : demandez-vous à quel moment vous êtes le plus efficace pour réfléchir, mobiliser votre esprit. Nous sommes tous très différents à ce sujet. Je connais beaucoup de grands diurnes à qui vous pouvez faire lire une encyclopédie aux aurores ! Quant à moi, je me sens plus créative lorsque le soleil se couche, dès que l'activité humaine décroît. Notre heure de naissance peut jouer un grand rôle dans ce cycle de travail privilégié. Pour pratiquer l'écriture automatique, il est essentiel de rassembler les meilleures énergies de communication et d'échange possibles.

Comme l'écrit André Breton, « pour faire de l'écriture automatique, il faut se déconcentrer » : nous devons tout d'abord être passif, ce qui veut dire ne pas réfléchir et surtout ne pas se juger dans l'exercice. Il faut parvenir à éliminer tout raisonnement et toute réflexion et être également réceptif. Cela inclut l'idée de laisser venir tout ce qui doit entrer dans notre esprit, sans trier nos éventuels sentiments, et d'écrire sur la feuille absolument tout ce qui se présente. Au moment où les mots arrivent et se posent, il faut pouvoir brider son sens logique et son envie irrépressible de faire un lien entre ces derniers qui ne serait sans doute qu'une interprétation subjective et spontanée ; hélas, nous en serions l'unique auteur. Comme pour les médiums, cela reviendrait à usurper le sens immédiat des mots et élaborer une interprétation. Nous avons

tellement à cœur de recevoir un message harmonieux, rassurant et à l'image du défunt que nous contactons, que nous y inclurions des souvenirs, et non des informations. Il est très délicat d'être un support neutre et détaché de toute émotion !

Mon prochain conseil est une extension du précédent : notre esprit étant un magma vibrant et brûlant de pensées traversantes, de scénarii les plus élaborés ou au contraire les plus fous, réduisez le temps consacré à l'écriture automatique. Cet exercice requiert énormément d'énergie et de mobilisation ; je dirais que le temps maximal de total lâcher-prise n'excède pas cinq petites minutes.

Je fais partie de ceux qui souffrent toutefois du « syndrome de la bonne élève » et qui sont capables de rester le nez sur leur feuille de longues heures. Dans l'exercice particulier de l'écriture automatique, cela peut s'avérer paradoxalement dangereux. En effet, la patience céderait alors la place à de la déception, puis à de la frustration. Nous ne serions plus les canaux neutres et efficaces pour la réception de mots. Par ailleurs, une fatigue mentale et intellectuelle se créerait et nous ne serions plus capables de maîtriser quoi que ce soit. Nous pourrions alors attirer une foule d'âmes curieuses qui se bousculeraient pour se manifester ; une cacophonie épuisante prendrait la place d'un contact épistolaire identifié et clair. Il faut donc éviter de prolonger l'exercice de l'écriture automatique trop longtemps. Un petit quart d'heure journalier suffit tout à fait. C'est en nous habituant à nous plonger dans cet état « d'entre-deux » intellectuel et spirituel que nous serons gratifiés des meilleurs résultats.

Enfin, mon plus précieux conseil concernant l'écriture automatique serait sans doute le suivant : créez votre propre rituel et formulez votre demande. N'oubliez jamais que vous adresser à l'Univers, ce n'est pas joindre les mains et dire « Aidez-moi ! » Ouvrir une porte

sur l'Au-delà revient à s'entendre dire de la part du monde invisible : « Qu'attends-tu de nous ? » Il est donc important de démarrer une séance d'écriture en remerciant le monde céleste pour sa manifestation et en précisant ce que vous attendez de lui. Avez-vous besoin de rentrer en contact avec un être désincarné en particulier, car vous avez envie qu'il vous envoie un signe de sa survivance dans l'Au-delà ? Voulez-vous plutôt vous adresser à vos guides avec une question existentielle concernant votre existence et les directions à prendre ? Il n'existe pas de réponses segmentées dans l'Au-delà, ni de services spéciaux comme dans nos administrations ! Un défunt peut être porteur d'un message qui concernera votre avenir, et un guide pourra tout autant évoquer un défunt qui vous manque. J'insiste simplement sur l'importance de préciser, au fond de votre cœur, ce que vous souhaitez. Vous pouvez le formuler sous forme de prière ou à voix haute. Beaucoup d'entre nous, et j'en fais partie, éprouvent le besoin de ritualiser la séance. Les bougies qu'on allume représentent, de façon symbolique, une ouverture officielle de séance, une autorisation tacite donnée au monde invisible d'occuper le support qu'on lui présente. J'y vois également une demande de diffusion d'énergies bienveillantes et d'un éclairage positif. Les médiums de l'époque d'Allan Kardec utilisaient l'encens pour nettoyer les pièces et éviter que des esprits tourmentés, et par extension malveillants, n'envahissent les lieux ; canal propice à la réception de messages médiumniques, l'encens est pour moi un moyen efficace de « raccompagner » les hôtes invisibles jusqu'à la lumière afin de ne pas passer une soirée prolongée en leur compagnie.

Ne pas présenter l'écriture automatique comme un jeu divertissant de fin de soirée me semblait essentiel. Bien plus qu'une simple

dictée, elle offre la possibilité au monde invisible d'utiliser notre champ énergétique et créatif au profit d'une puissante transmission spirituelle. Imaginez à quel point elle lui permet d'être précis : c'est une sorte de billet d'humeur et d'amour directement déposé sur une feuille blanche !

Un médium hors pair fut connu dans tout le Brésil pour ses messages reçus par le biais de l'écriture automatique. Devenu une véritable idole nationale, ce bienfaiteur, qui a dédié sa vie à aider son prochain, fit du Brésil la patrie du spiritisme. Francisco Candido Xavier, dit Chico Xavier, n'avait que cinq ans lorsqu'il commença à entendre des voix et à entrer en communication avec l'Au-delà. La formidable synchronicité de l'histoire de cet homme qui sera le plus prolifique de son temps en termes d'écriture, c'est que ses parents étaient analphabètes. Ayant subi une enfance ponctuée de maltraitances physiques et psychologiques, il n'avait que douze ans lorsqu'il rédigea en classe une rédaction remarquable pour un élève de son âge. Alors que l'institutrice lui demandait comment il avait pu écrire ce texte, Chico Xavier lui répondit qu'il lui avait été dicté par « un homme d'un autre monde » qui se tenait à côté de lui. Devant l'air agacé de sa maîtresse d'école à l'écoute d'une explication aussi fantasque, afin de prouver ses dires, le jeune garçon demanda à réitérer l'exercice en écrivant cette fois directement au tableau ce qu'il entendait. Ce qu'il écrivit alors était d'une telle maturité, d'une telle philosophie, que son auditoire resta sans voix. Quelques années plus tard, Chico Xavier commença à s'initier au spiritisme. Très vite, il reçut entre cent et deux mille messages de défunts par jour en écriture automatique, à destination de leurs proches ! Francisco Candido Xavier laissa derrière lui plus de quatre cent cinquante ouvrages traduits dans trente-trois langues. Dans toutes ses interviews, il refusa de s'attribuer la paternité de ces ouvrages :

ils lui ont été directement dictés par des esprits hautement évolués, des guides dont il nommait toujours les prénoms.

Dans les années 1960, Chico Xavier reçu tant de messages des esprits qu'il devint un facteur céleste pour les familles endeuillées. Chaque jour, des centaines de personnes faisaient la queue devant la porte de sa maison d'Uberaba afin d'obtenir de précieux messages de leurs défunts et d'apaiser leurs souffrances. Jusqu'à la fin de sa vie, le médium brésilien se consacra à ce qu'il appelait sa « mission d'amour ». Il se décrivait, avec toute l'humilité dont il était pétri, comme un intercesseur entre deux mondes, un porte-parole des esprits sur Terre, un ambassadeur de l'Au-delà. De son vivant, il fut fait citoyen d'honneur d'une centaine de villes, et un gigantesque mouvement national se constitua afin qu'il obtienne le prix Nobel de la paix.

Loin de vouloir freiner vos envies d'être, à votre tour, les porteurs de messages célestes via l'écriture automatique, je dois tout de même vous rappeler qu'à l'inverse de Chico Xavier qui fut une extraordinaire exception, il faut énormément de patience et d'abnégation pour prétendre recevoir un message construit et identifiable de vos désincarnés. Je suis toujours très sceptique lorsque je vois des kilomètres de feuilles noircies par des messages émanant soi-disant de nos guides célestes. Non pas que je remette en question l'honnêteté intellectuelle et les bonnes intentions des dépositaires de ces signes de l'Au-delà, mais parce que je sais quelle expérience et quelle énergie il faut pour obtenir de telles missives.

Au risque de froisser l'intelligentsia spirituelle, je rappelle que nos guides ne sont pas « des gens prolixes ou bavards ». Nos défunts, si ! Il n'est pas rare en effet de recevoir des messages de nos guides

à l'attention de l'humanité tout entière, mais je doute qu'ils soient aussi longs que la rédaction de l'*Iliade* et l'*Odyssée*, ou qu'ils s'éditent quotidiennement. Pour illustrer mon propos, j'utiliserai la réponse que l'auteur Neale Donald Walsch a reçue dans sa célèbre *Conversations avec Dieu*[5] ; dans un échange épistolaire, l'auteur demande à Dieu pourquoi il n'apparaît pas sous les yeux de l'homme s'il existe vraiment. Dieu lui répond alors qu'il le fait déjà. Je suis « partout où tu regardes », lui précise-t-il. Il n'a besoin ni de démonstration grandiloquente, ni de pousser les montagnes, et encore moins de faire apparaître une figure divine. Dieu sait exactement sous quelle forme se présenter à celui qui le sollicite.

Il en va de même dans les manifestations des signes de l'Au-delà. La voûte céleste sait disséminer, par petites touches, le contenu nécessaire afin d'ouvrir notre cœur à un nouveau dialogue. Si l'observation extérieure d'un signe est essentielle pour la révélation de ce dernier, c'est l'expérience intérieure qui la rendra authentique et valide. Nos guides n'ont pas besoin d'écrire un roman. Un mot, une lettre suffisent parfois à nous bouleverser. Comprenez que l'Univers ne recherche pas de nouveaux prophètes : il cherche des artisans, des artistes inspirés à ses côtés.

*

Si j'ai fait la part belle à l'écriture, je n'en oublie pas pour autant toutes les autres formes d'art qui sont d'efficaces moyens de transmission pour le monde invisible. Vous avez tous les outils à votre portée pour être un canal puissant et créatif ! Instruments de musique, feutres, pinceaux, ou encore votre corps vous mettent au service de l'invisible. La rencontre d'une note de musique avec l'espace, d'un talon qui se hisse sur le sol, d'un bras qui s'élance sur

une toile, d'une voix qui s'infuse dans le Ciel, tout cela est pour moi la définition ultime du sacré : c'est l'espace inviolable, intouchable car étreint par la grâce. Là encore, nos guides savent immédiatement reconnaître leurs messagers privilégiés. Ne l'oublions jamais : les plus grands prophètes se dissimulent sous les traits les plus communs et les plus innocents.

« N'aie crainte, nous sommes près de toi ; un jour tu seras peintre et tes œuvres seront soumises à la science. » Imaginez la stupeur d'Augustin Lesage, un brave mineur de la galerie de Ferfay, lorsqu'il entend distinctement ces mots. Il travaille alors seul sur le site de ce bassin minier du Pas-de-Calais. Il n'a que trente-cinq ans, nous sommes en 1911, et Augustin Lesage est sous le choc. Passé son étonnement, la curiosité le pousse à organiser avec un groupe d'amis des séances de tables tournantes afin de comprendre le message entendu ; Lesage espère secrètement ne pas être fou ! À l'automne 1912, lors d'une séance de spiritisme, le guéridon le désigne comme médium et les voix lui confirment son destin de peintre. L'homme se met à tracer au crayon de couleur des dessins de façon tout à fait automatique. Des spirales et des points colorés recouvrent la surface du papier. Les voix vont alors franchir une nouvelle étape dans leur guidance en lui donnant en clairaudience des références de tubes de peinture à acheter. Lesage n'a jamais peint une seule fois de sa vie auparavant ! Il peint alors sur papier, en tapotant son pinceau pour former une sorte de constellation ; chacun des dessins qu'il réalise lui est entièrement dicté par les défunts. Notamment par sa petite sœur Marie, décédée à l'âge de trois ans. Assis comme un écolier sur sa chaise en bois, Augustin Lesage pouvait peindre des heures sans s'arrêter.

Un jour, les voix lui ordonnent de quitter le support papier et de peindre sur toile. Il commande le matériel et s'étonne de recevoir un tissu de neuf mètres carrés que ses guides lui demandent de recouvrir entièrement, ce qu'il fera par intermittence tout en continuant d'exercer son travail de mineur pour gagner sa vie.

Dans le même temps, Lesage se découvre un don de guérisseur ; très vite, les médecins le traduisent en justice pour exercice illégal de la médecine. Mais tant de personnes témoigneront en sa faveur qu'il sera acquitté le 24 janvier 1914. On chuchotera dans les couloirs du palais de justice que le président de la cour n'avait pas d'autre choix, étant lui-même un patient de Lesage !

C'est Jean Meyer, le directeur de *La Revue spirite* et fondateur de la Maison des Spirites et de l'Institut métapsychique international, qui invitera Augustin Lesage à Paris, lui proposant un soutien moral et matériel afin de poursuivre son œuvre. Cette opportunité est précieuse pour Lesage qui souffre d'un emphysème ; il quittera définitivement la mine en 1923, après vingt-trois années passées dans le fond des bassins miniers. Entre le 6 avril et le 10 mai 1927, Augustin Lesage achèvera une toile gigantesque. Il n'aura de cesse de répéter : « Celui qui me fait peindre se sert sans doute de moi comme il se servait de ses propres mains quand il vivait. Il n'y a rien de moi dans mon travail, mon travail ne m'appartient pas. L'esprit se sert directement de ma main. »

Malgré un succès retentissant, l'artiste calculera toujours le prix de ses peintures sur la base du salaire horaire du mineur ; dans ses œuvres, Augustin Lesage associe souvent des visages christiques à des motifs géométriques parfaitement réalisés, avec des oiseaux stylisés par juxta-position de taches de peinture. Il semble en effet improbable qu'une main humaine soit à l'origine de toiles aussi

mystiques et dans une symétrie absolument parfaite, quelle que soit la taille de la toile.

C'est André Breton, dans la mouvance surréaliste, qui permettra aux œuvres de Lesage d'être reproduites en dehors des revues spirites dans lesquelles elles restaient consignées. Il rapprochera par ailleurs cette pratique artistique de celle des médiums dans leurs écritures.

De nombreux peintres témoignent être totalement guidés par une énergie extérieure en réalisant leurs toiles ; ils se sentent « habités » par une présence qui leur souffle la thématique ou la technique qu'ils doivent utiliser. Combien d'entre eux me disent n'avoir jamais appris les techniques rudimentaires de dessins ni même les couleurs primaires ! Lorsque je reçois des messages médiumniques, je peux tant recevoir des signes auditifs que voir apparaître la silhouette du défunt au moment de son départ terrestre. Si vous saviez comme j'aimerais être douée pour le dessin et être capable de réaliser des portraits de ma galerie de visages défunts ! Cela donnerait de la densité à une « visite » médiumnique.

Luiz Gasparetto est né à São Paulo, au Brésil. Il a vingt-neuf ans lorsqu'il est invité par une grande chaîne de télévision brésilienne, en 1978. Ce soir-là, Luiz Gasparetto va peindre face caméra devant des millions de téléspectateurs abasourdis vingt et un tableaux de styles différents en seulement soixante-quinze minutes. L'homme raconte qu'il s'est lancé par goût dans cette discipline à treize ans sans avoir pris un seul cours. La démonstration de Luiz est tellement impressionnante que les téléspectateurs vont crier à la supercherie ! Dès le lendemain, une pluie de plaintes s'abat sur la chaîne : les gens prétendent que la démonstration a été diffusée en accéléré afin que le peintre usurpateur puisse réaliser ce timing improbable.

Sans chercher à accentuer le scandale, Luiz Gasparetto affirmera que son talent lui vient de l'Au-delà. Il dira à qui veut l'entendre que ce sont les esprits de Van Gogh, de Manet ou encore de Picasso qui viennent le posséder pendant ses créations et peindre pour lui. Il prétend comprendre tout à fait que ces fabuleux artistes aient « pris la main », car, s'il adore peindre, il ne se reconnaît aucun talent particulier. L'homme raconte qu'il entre systématiquement en transe avant de poser son pinceau sur la toile et qu'un peintre défunt se sert de lui pour créer. Il a, par ailleurs, réalisé le portrait d'une jeune fille noire, portrait qu'il signe tout naturellement Manet ! Seulement, Gasparetto est alors âgé de treize ans au moment où il réalise cette prouesse : ce petit Brésilien ne sait même pas où se trouve la France, et encore moins qui est Manet !

Des experts du monde entier vont tenter de le discréditer. Certains disent qu'il s'entraîne jour et nuit, qu'il sait au préalable ce qu'il va dessiner et qu'il simule l'état de transe. Mais non seulement le peintre brésilien est capable d'exécuter n'importe quelle toile en quelques minutes, mais il peut modifier sa technique. Il peut peindre les yeux fermés, de la main droite comme de la main gauche, voire avec ses deux mains en même temps, et également avec ses pieds. Des experts mondiaux étudieront les signatures qui se trouvent au bas de ses tableaux. Picasso, Renoir ou Van Gogh… elles seront toutes authentifiées.

Luiz Gasparetto laissera derrière lui plus de mille tableaux qu'il dira avoir peint grâce à de fabuleux peintres disparus. Il est décédé en 2018 sans avoir jamais voulu tirer le moindre profit de ses toiles.

Paul Cézanne écrivait qu'« une œuvre d'art qui n'a pas commencé dans l'émotion n'est pas une œuvre d'art. » Je crois en effet que l'émotion pure, tout comme doit l'être notre intention, est le principal

apport d'un artiste face à sa toile, son instrument de musique, son micro ou sa plume. L'Univers apporte ensuite les matériaux sémiologiques à travers ces supports créatifs, vecteurs de communication privilégiés pour témoigner de sa beauté et de sa magie. On dit souvent que le talent, c'est ce qu'il reste quand on a su oublier la technique. C'est sans doute pour cette raison que le monde invisible choisit des artistes novices, ou très jeunes, pour composer des sonates ou des requiem qui resteront à la postérité : ils ne sont pas encore emprisonnés par les cadres rigides d'un style ou d'un genre musical, pictural ou photographique. Je vous encourage à trouver votre moyen d'expression artistique personnel et à cultiver votre art. Hurlez et chantez au milieu de votre salon, noircissez des feuilles de récits improbables, créez des mélodies aux rythmes imprécis, faites-vous des ampoules aux pieds d'avoir trop dansé ! Sans le savoir, vous êtes déjà dans une action de lâcher-prise. Vous créez ainsi une petite ouverture à vos émotions, et par extension, à une autre forme de communication.

Les manifestations au travers du champ électrique

En ouvrant votre dictionnaire, vous pourrez trouver la définition suivante de l'électricité : « Effet du déplacement de particules chargées à l'intérieur d'un matériau conducteur, sous l'effet d'une différence de potentiel aux extrémités de celui-ci. » La science précise que ce phénomène est présent dans de nombreux contextes, et que l'électricité constitue tout autant l'influx nerveux des êtres vivants que les éclairs d'un orage.

Je dois vous avouer qu'au lieu d'imaginer une vulgaire prise de courant faite de cuivre, d'aluminium ou d'acier en guise de conducteur idéal de l'électricité, je préfère de loin me plonger dans mes livres de mythologie !

Thor, dieu du tonnerre dans la mythologie nordique, était le plus puissant des dieux guerriers ; il symbolisait la force, l'agilité et la victoire, et utilisait la foudre, apaisait ou excitait les tempêtes. Ses pouvoirs étaient célestes, bien sûr, et il possédait un char tiré par deux boucs qui lui permettait de traverser les mondes. Grâce à un fameux conducteur d'électricité, son marteau, il créait la foudre et s'en servait comme d'une protection pour les dieux et les hommes.

Les divinités de la foudre sont par ailleurs présentes dans toutes les mythologies : Zeus chez les Grecs, Indra chez les Hindous ou Tlaloc chez les Aztèques. Imaginer une main céleste conductrice de la foudre depuis le Ciel était une projection apaisante de l'angoisse humaine face à des forces qu'elle ne maîtrisait pas. Dans la foudre, dans un climat électrique, on peut créer tous les sentiments humains : l'amour et le coup de foudre, la haine, la vengeance et les fameuses foudres de guerre…

La littérature s'est passionnée, elle aussi, pour ce mythe de la foudre, au point d'en faire une légende moderne. Le roman *Frankenstein ou le Prométhée moderne*[6] a rencontré un succès immédiat dès sa publication par Marie Shelley en 1818, et ses différentes adaptations cinématographiques ont fini par l'installer comme un symbole dans l'imaginaire collectif. N'oublions pas que Frankenstein est l'histoire d'un monstre créé par un savant fou à partir… de l'électricité. À la différence d'autres monstres, comme les vampires ou les loups-garous, Frankenstein est né dans un laboratoire. Celui-ci incarne précisément la rencontre entre le souffle

vital que lui a transmis un humain, le docteur Victor Frankenstein, et les orages électriques, éléments surnaturels représentés au cinéma par des bobines géantes ou des anguilles électriques immergées dans un liquide amniotique. Les monstres effraient ou fascinent depuis toujours, attirent comme ils repoussent. Finalement, un monstre est simplement l'invisible qui prend forme grâce à l'énergie et qui s'anime sous nos yeux. Rappelez-vous cette fameuse réplique du film : « *It's alive !* », « Il est vivant ! ».

Quelle belle énergie à portée de main pour l'Au-delà que celle des éléments naturels ! Vous pensiez que nous étions les seuls à avoir capturé l'énergie terrestre pour la faire circuler dans nos câbles électriques afin d'alimenter nos postes de télévision, radios et ordinateurs ? Vous vous trompez. J'aime dire que nos guides, nos défunts, surfent sur tous les champs électriques, statiques ou aquatiques pour utiliser cette énergie et créer des messages à notre intention. Ce champ énergétique est parfois bien plus docile que nous ne le sommes : l'homme n'est pas toujours un bon vecteur de communication.

Pourquoi ne pas faire appel qu'à ces courants favorables, dans ce cas ? Parce qu'une lampe qui s'allume toute seule dans l'obscurité, le volume d'un poste de radio qui augmente sans que personne n'ait tourné le bouton ou un téléphone qui sonne à heure régulière sont pour nous des phénomènes « monstrueux » que nous reléguons rapidement dans la catégorie « fantastique ». Notre enfance a été bercée par des histoires de monstres cachés sous le lit qui attrapent les pieds des petits garçons, par des fantômes sous des draps blancs qui frappent le sol avec leurs chaînes métalliques : nous sommes conditionnés à avoir peur.

Sybille est une Bretonne au grand cœur qui élève seule son petit Stan, qui la dépasse aujourd'hui d'une bonne tête du haut de ses seize printemps, et plonge ses mains chaque matin dans un seau rempli de glace pour préparer les poissons fraîchement pêchés que les clients achèteront bientôt à la criée. La vie n'est pas tendre avec elle, mais elle ne se plaint jamais. Ses complaintes nocturnes, elle les souffle sans réfléchir à travers le filtre de ses cigarettes. Son cœur est souvent vide mais son cendrier, lui, toujours bien rempli. Sybille a toutefois trouvé un autre moyen de s'évader : les réseaux sociaux. Bien que quinquagénaire, elle s'est vite approprié cet outil afin de rester en contact avec ses proches, et tout particulièrement sa cousine Muriel. L'Univers s'est trompé en délivrant sa commande intergénérationnelle : ces deux-là s'aiment comme des sœurs. Pas un été sans qu'elles se reçoivent l'une chez l'autre, pas un événement familial qui ne serait un alibi parfait pour se retrouver. Le reste de l'année ou quand le porte-monnaie fait grise mine, il reste les messages instantanés et les clins d'œil sur Facebook ; c'est leur rituel immuable.

Un soir de mai, Sybille a très mal à la tête. Elle se dit qu'une bonne nuit de sommeil lui fera beaucoup de bien ; d'ailleurs, elle a été fébrile toute la journée, cumulant les crampes d'estomac et un début de migraine. Elle a juste le temps de souhaiter une bonne nuit à Stan avant de tomber dans un profond sommeil. Celui duquel on ne revient jamais. Le cœur de Sybille qui battait tant pour son fils, mais qu'elle n'avait finalement jamais écouté se débattre, s'est arrêté. Son départ plonge toute une famille dans l'effroi et dans un sentiment de colère. Muriel, encore sous le choc de la terrible nouvelle, saute aussitôt dans sa voiture pour parcourir les quatre cents kilomètres qui la séparent de sa cousine. Nous sommes en

plein confinement, mais rien ni personne n'empêchera Muriel de lui dire un dernier au revoir terrestre.

« Sybille, si tu m'entends, dis-moi que tout va bien ! Et surtout aide-moi à arriver sans encombre ! », lui crie sa cousine dans la voiture lancée à toute vitesse. Muriel n'a aucun doute sur la survivance de l'âme après la mort. Un peu à cause de moi, ou grâce à moi, comme vous voudrez : avoir pour amie une médium bouscule un peu le scepticisme.

Le temps est suspendu dans l'habitacle, et Muriel retient ses larmes. Dès qu'elle arrive sur le perron de la chambre funéraire, elle sort, par automatisme, son téléphone portable : elle avait tant l'habitude de le faire sonner pour prévenir Sybille de son arrivée avec un « Je suis là !!!! » comme deux gamines heureuses de se retrouver. Une petite mention du fameux réseau social attire son attention : « Vous avez reçu une nouvelle notification », lui signifie son smartphone. Par automatisme encore, Muriel touche du doigt l'écran qui la dirige sur la page d'accueil de son compte : ce dernier a cru bon de lui partager le « souvenir » d'une publication qui date de l'année précédente. Jour pour jour, exactement. Les connaisseurs vous le confirmeront. « JE SUIS LÀ !!!! »

Ces quelques mots, simples, sont là, juste pour Muriel. Sybille a non seulement choisi les mots, mais également un formidable outil de communication, dans sa poche, pour lui signifier sa présence.

Ceux qui pensent que les défunts nous écrivent sur un parchemin à la lumière d'une bougie dégoulinante de cire ont été trop bercés par les clichés ! Au fil des siècles, nous avons mis au point, grâce à la technologie, des appareils de plus en plus perfectionnés pour communiquer les uns avec les autres : ils sont de formidables sources électromagnétiques pour nos défunts également. J'y vois

une forme de provocation de leur part : plus nous nous rassurons avec la science et la technique en nous entourant d'objets que nous branchons et débranchons à notre guise, sur lesquels nous configurons un programme et réglons l'heure, plus ils s'amusent à en prendre le contrôle !

Que faudrait-il pour que nos yeux incrédules distinguent un signe intangible de la présence d'un proche disparu ? Un appel téléphonique de leur part, un message sur l'ordinateur, une mélodie dans un poste de radio ? C'est exactement ce qu'ils font tous les jours !

Vous souvenez-vous des énormes pendules anciennes à balancier qui rythmaient le quotidien de nos grands-parents, et qu'on trouve encore dans certaines maisons ? Bien plus qu'être des gardiens du temps, ils inondaient les salons de leur « tic-tac » imperturbable. Vincent, ce vieil Alsacien que j'observais, enfant, remonter le mécanisme de son horloge dans un rituel quasi sacré, est décédé dans sa quatre-vingt-huitième année, dans son sommeil. À 3 h 10 précisément. Je le sais car c'est ce qui figure sur son certificat de décès, établi par le médecin de famille qui est venu réconforter son épouse en pleine nuit et remplir les documents nécessaires. C'est également l'heure à laquelle sa complice temporelle s'est arrêtée : 3 h 10, pile. Plus de bruit de balancier, plus de coucou pour signifier les changements d'heure. Un coucou de Vincent en revanche à sa famille pour qu'elle comprenne qu'il veillerait toujours sur eux.

Vous avez pour habitude de tourner fébrilement le bouton de la radio afin de trouver le programme musical qui vous convient le mieux ? C'est exactement ce que Martha fait chaque matin quand elle retourne dans sa chambre après son petit-déjeuner. Elle la

trouve triste et sombre, cette chambre ; le bruit de la radio sert davantage à couvrir le vacarme que font les résidents de sa maison de retraite qu'à réellement profiter d'un moment musical. Elle n'a plus goût à rien ; elle n'en veut pas à ses petits-enfants de l'avoir placée dans cet endroit qu'elle déteste. Depuis sa chute dans la baignoire qui a brisé son col du fémur, Martha n'est plus alerte et ne peut plus assurer l'entretien de sa maison, qui était d'ailleurs devenue bien trop grande depuis le départ de Jean, l'été dernier. Jean, c'était son amour de toujours, malgré des disputes incessantes lorsqu'il laissait traîner ses affaires. Finalement, elle adorait les voir traîner, ses affaires ! Martha n'a rien dit à ses petits-enfants, et elle arbore un grand sourire, chaque mois, lorsqu'ils lui rendent visite avec une boîte de pâtisseries. Mais tous les soirs, quand elle pose sa tête sur l'oreiller, elle prononce ces mots en cachette : « Jean, viens me chercher ! Tu ne peux pas me laisser dans cet endroit sans toi. Tu m'avais promis de ne jamais m'abandonner… » Les journées s'égrènent trop doucement alors que ses douleurs aux jambes progressent à une vitesse fulgurante. Tandis qu'un matin elle tente de poser un pied hors de son lit, son bras fait basculer son poste de radio sur sa table de chevet. Il s'écrase au sol, et comme dans un dernier râle, laisse s'échapper de son abdomen rempli de métal une mélodie que Martha reconnaît immédiatement : Gilbert Bécaud. Elle a à peine le temps de se dire en riant que « Monsieur cent mille volts » n'a plus beaucoup de jus, qu'elle entend : « Je reviens te chercher, je savais que tu m'attendais. Je savais que l'on ne pourrait se passer l'un de l'autre… » Martha est saisie par l'émotion. Elle agrippe ses bras avec ses petites mains tordues par l'arthrose, et pousse un grand soupir. Elle n'a plus peur désormais, elle sait que Jean sera bientôt présent à son rendez-vous galant pour le Ciel. Dans la plus belle des

synchronicités, Martha est partie de l'autre côté du voile un 23 juin, jour de la Saint-Jean. Alors que ses petits-enfants ont eu un immense chagrin à l'idée de quitter le rayon de soleil qu'était leur grand-mère, Martha, elle, semblait sereine. On pouvait même distinguer un petit sourire sur son visage.

Dans la réception de ces manifestations par l'énergie électrique, il y a finalement tant de douceur et de poésie, tant d'inventivité également que nous ne serions pas capables d'en faire autant à l'égard des défunts qui nous les transmettent. Je répète inlassablement à mes consultants qu'ils restent dans l'Au-delà tels qu'ils étaient de leur vivant, avec leur caractère, leur humour et leurs humeurs. Afin de s'identifier au mieux auprès de nous, ils privilégient le support qui les représentera le mieux.

Valentin, un jeune papa emporté par une leucémie fulgurante, a choisi le jouet électronique de son fils sur lequel il faut appuyer sur des touches de couleur pour entendre un son s'échapper. Chaque soir, au moment où son épouse rentrait de son travail, elle entendait le petit jouet se mettre tout seul en marche et s'exclamer gaiement « Coucou ! ». Elle n'a jamais eu peur à l'idée de ne pas pouvoir fournir d'explication rationnelle à ce phénomène ; elle a compris que Valentin continuait de veiller sur sa petite famille en se rendant régulièrement dans la chambre de leur bébé.

Certains défunts aiment sonner aux portes, d'autres faire retentir le téléphone, d'autres encore utilisent la télévision pour que nous tombions « par hasard » sur un dialogue de films nous adressant une forme de message étonnamment personnel. C'est en cela que réside la grande force de l'Univers : puiser dans le général pour en ciseler une attention extrêmement singulière et unique. Les défunts sont des alchimistes du quotidien, parfois déroutés par ce que nous

rangeons dans la catégorie des monstruosités. À défaut de nous réconforter, nous sommes terrorisés, même si nous pressentons au fond de nous qu'il s'agit bien d'une tentative de contact de leur part. La peur est un verrou que nous mettons sur la porte laissée entrouverte par notre âme afin de ne jamais perdre le lien familier qui nous relie aux plans invisibles.

*

Il semblerait que le célèbre Thomas Edison se soit intéressé, le premier, à exploiter les moyens de communication avancés pour l'époque afin de pouvoir capter les voix de l'Au-delà grâce à des bandes sonores. Si Raymond Bayless, illustrateur de littérature fantastique, fut l'inventeur du terme EVP (Electronic Voice Phenomenon), on estime que le cinéaste Jürgenson est l'ancêtre de la TCI (transcommunication instrumentale), qui permet de capter les voix provenant de l'Au-delà au moyen d'un appareil enregistrant – un magnétophone, une piste audio ou un ordinateur.

Trois façons de procéder sont possibles : la TCI audio, tout d'abord, consiste principalement en un enregistrement sonore de la pièce dans laquelle on se trouve. Un poste de radio doit être allumé et positionné sur une fréquence blanche, c'est-à-dire entre deux stations. Il faut donc enregistrer ce bruit blanc durant cinq à dix minutes et analyser la bande sonore ensuite en la « nettoyant » de tous les bruits parasites du premier plan.

Certains expérimentateurs choisissent au contraire la diffusion d'une émission de radio pendant l'enregistrement afin que les défunts puissent s'appuyer sur les voix ou les mots prononcés par les animateurs. L'Allemand Hans Otto König, qui décida de se lancer dans ses propres expériences, tentait initialement de démontrer que

les voix paranormales ne provenaient pas des personnes décédées, mais plutôt de l'inconscient de l'expérimentateur. Quelle ne fut pas sa surprise de découvrir les voix « chantées » de ses parents par-dessus celles des voix radiophoniques !

Dans les années 1970, Monique Simonet lut un article consacré à la possibilité de communiquer avec un disparu au moyen d'un simple magnétophone. Elle décida de tenter l'expérience avec sa défunte mère en posant directement des questions à son père. En réécoutant la bande, elle entendit, à la suite immédiate de sa première question – « Papa, tu aimerais boire du café ? » –, une voix qui s'ajoutait à la sienne et répondait « Oui, je te dis ! » Cette expérience concluante de TCI fit de Monique Simonet la pionnière des techniques de communication avec les défunts en France. Cette deuxième technique, donc, est dite TCI audio directe : les expérimentateurs posent leurs questions aux défunts directement pendant l'enregistrement de la piste sonore et il suffit de se concentrer et d'habituer son oreille à entendre les réponses simultanément, de telle sorte qu'un véritable dialogue s'établit avec le monde invisible.

La troisième méthode naquit en 1985, lorsque Klaus Schreiber, qui était alors retraité de la protection contre l'incendie à Aix-la-Chapelle, s'intéressa à son tour à la transcommunication instrumentale. Il reçut d'abord le message suivant : « Bientôt tu nous verras à la télévision » mais n'en comprit pas tout de suite la signification ; alors les voix se firent plus précises : « Enregistre-nous dans la télé ». Il filma alors un canal vierge de son écran télévisé, à l'aide d'une vieille caméra. Il fut sous le choc en voyant émerger l'image de sa fille Karine, décédée l'année de ses dix-huit ans. Il utilisa à peu près la même technique que pour les pistes sonores, en ralentissant et en repassant les images une à une. Entre chacune d'elles, sur l'écran

pourtant blanc, Klaus Schreiber put reconnaître des membres de sa famille décédés brutalement : son père, sa mère, sa femme, sa fille, son fils ainsi que son beau-frère. Il put capturer également le visage de personnes inconnues qui s'étaient frayé un chemin pour se manifester.

La TCI a toujours joui des avancées technologiques afin de se faire davantage précise et performante. En 1995, c'est un chercheur allemand du nom d'Adolph Holmes qui eut l'idée de tenter une expérience de TCI vidéo avec sa télévision couleur. Il avait déjà l'habitude de voir apparaître des visages dans son poste en noir et blanc, mais il alluma cette fois son poste couleur en y reliant sa caméra. Au même moment, une image du suédois Friedrich Jürgenson, le fameux expérimentateur de l'EVP, décédé en 1987, apparut sur son écran. L'image se figea durant vingt-quatre secondes.

*

À l'instar d'Allan Kardec par le biais du spiritisme, la transcommunication instrumentale permettait à son tour de s'adresser directement aux esprits et de leur poser des questions sur la survivance de l'âme. Durant l'année 1984, au Luxembourg, Jules et Maggy Harsch-Fischbach se sont lancés dans l'enregistrement selon les méthodes traditionnelles des voix de personnes décédées, mais ils affinèrent tellement leur technique qu'ils parvinrent à obtenir des réponses d'une précision étonnante. Ils furent en contact avec un interlocuteur de l'Au-delà privilégié : Constantin Raudive, lui-même chercheur, jadis. L'extraordinaire étendue de son savoir en électronique, en physique, mathématiques, mais aussi sur l'avenir et le passé, sur les langues

étrangères, en firent un correspondant céleste hors pair. Il expliqua au couple que ses fonctions de l'autre côté du voile étaient celles de bibliothécaire des annales akashiques.

Voici une des questions qui furent posées au grand archiviste : « Quelles sont vos possibilités de langage ? » (sous-entendu là-haut) « Ici, répondit-il, nous parlons tous une seule et même langue qui peut se comparer à la télépathie. C'est une langue complète qui procède par vocables. Quand nous nous adressons à vous, nous traduisons notre langue dans la vôtre. Notre langue comporte 27 000 signes selon vos critères humains. Et je ne parle pas des signaux purement acoustiques. Cette langue existe aussi après la mort. »

Je dois apporter quelques précisions en ce qui concerne les résultats obtenus lors d'une séance de transcommunication instrumentale. Pour y avoir assisté moi-même à de nombreuses reprises, je fus tout d'abord saisie, presque effrayée, par ces voix « métalliques » semblant venir d'une autre galaxie qui s'échappaient des bandes enregistrées. Il faut évidemment rappeler qu'au moment de notre mort physique, nous laissons notre enveloppe corporelle et redevenons un pur champ énergétique : les défunts ne possèdent plus ni cordes vocales ni larynx pour reproduire leurs voix d'ici-bas. Ils doivent alors créer une voix « soufflée » ou rebondir sur les voix présentes en fond sonore et détourner les sons, les mots, afin de laisser des traces auditives par-dessus celles qui s'expriment à la radio. D'où cette tonalité robotique et chantante qui peut dérouter, à n'en pas douter, des parents qui attendraient avec impatience un message vocal semblable à l'empreinte sonore de leur enfant disparu. S'ils ne le reconnaissent pas vocalement, dans un premier temps, ils sont frappés par la justesse des mots employés, par la grande maturité de ces « voix de l'Au-delà » qui choisissent des

expressions reconnaissables, ou encore des surnoms pour s'identifier auprès d'eux.

La TCI s'apparente pour moi au mot « patience » : combien d'heures sont nécessaires pour nettoyer les pistes sonores, isoler les voix de la radio de celles que l'on perçoit faiblement en fond sonore ! Comme pour tout apprentissage d'une langue nouvelle, l'oreille doit, elle aussi, s'habituer à décrypter les voix de l'Au-delà. Comme elles surfent sur les voix en premier plan, elles ne marquent ni les fins de phrase, ni la ponctuation, au point parfois d'en troubler la compréhension globale.

Comme pour l'écriture automatique, si vous souhaitez tenter cet exercice particulier, je vous recommande de ne pas le prolonger dans le temps, au risque de « noyer » le message au milieu d'une piste sonore bien trop longue à nettoyer. Cinq à dix minutes par jour suffisent. Imaginez un micro ouvert et accessible à tous au beau milieu d'une foule : que se passerait-il ? Indubitablement, chaque passant éprouverait le besoin de s'en approcher et de prononcer quelques mots, soit pour s'amuser, soit pour épancher sa colère. Il peut se produire exactement le même phénomène avec la TCI ; des jurons, des cris, des pleurs peuvent émaner de ces bandes proposées à tous les plans subtils. L'effet d'apaisement et de sérénité attendu quand on est en quête du signe vocal d'un proche disparu peut être totalement contrarié par ce que les Tcistes appellent des « pollutions ». Je le répète encore une fois : ouvrir un canal, quel qu'il soit, sur le monde invisible, n'est jamais anodin. Il requiert la même démarche sacrée et réfléchie que toutes les autres méthodes de contact avec l'Au-delà. Il faut parfois laisser passer de nombreux messages d'inconnus décédés avant d'entendre, enfin, un message qui nous est destiné.

La plupart de mes consultants éprouvent le besoin d'enregistrer leur séance médiumnique sur un magnétophone ou sur leur smartphone, selon leur âge. Je ne m'y oppose jamais, car je sais dans quel état de fébrilité ils se trouvent au moment de recevoir des messages de leurs proches disparus. Ils sont tiraillés entre l'envie de m'écouter au plus vite, et la peur de ce que je vais leur dire. Ils ne sont donc pas toujours dans les meilleures dispositions, et moult détails leur échappent souvent. Je les invite à laisser passer un peu de temps entre la fin de la séance, encore empreints de l'émotion de ce partage, et l'écoute de l'enregistrement, « à froid ».

Mariam a suivi mes conseils à la lettre après qu'elle a vécu un drame, deux années plus tôt, avec la perte de son double, sa moitié. Ces mots, je les choisis au sens propre du terme, puisque Mariam a perdu sa sœur jumelle, Fatou, à vingt-deux ans seulement. En cause, un cocktail explosif de médicaments qu'elle prenait pour son équilibre moral et émotionnel et une trop forte dose d'alcool lors d'une soirée entre amis. Tant de starlettes des années 1950 ont succombé elles aussi à de tels mélanges ! Mais la vie de Fatou n'avait rien d'un film hollywoodien et elle s'est écroulée, seule, dans son petit studio de la banlieue rouennaise. Pourtant, Mariam et sa sœur avaient des rituels incontournables dans leur quotidien : toujours s'appeler pour se souhaiter une belle journée, puis, chaque soir, se joindre pour se souhaiter une belle nuit. C'est précisément parce qu'elle n'a jamais reçu de SMS au beau milieu de la nuit que Mariam a compris qu'il se passait quelque chose de grave. Il était hélas trop tard quand elle trouva sa sœur et appela les secours ; malgré sa jeunesse et sa bonne santé, le cœur de Fatou ne frappait plus dans sa poitrine en dépit du long massage cardiaque pratiqué par les pompiers.

J’ai mis toute mon énergie et mes facultés médiumniques au service de Fatou afin qu’elle puisse délivrer des messages d’amour et d’espoir à Mariam, qui se laissait dépérir depuis la mort de sa jumelle. Durant ce contact médiumnique, elle éprouva le besoin d’expliquer à sa sœur les écueils dans lesquels elle était tombée, les derniers mois avant son départ, et la mauvaise influence amicale dont elle s’était consciemment entourée, comme dans une volonté inconsciente d’autodestruction. Mariam fut rassérénée d’entendre sa sœur et les raisons de son décès, qu’elle présupposait déjà au fond d’elle. Elle me remercia pour la séance et repartit d’un pas fébrile, en tenant précieusement son téléphone dans lequel elle avait enregistré la séance.

Un mois plus tard, je reçus un appel de Mariam, qui me tint des propos absolument incompréhensibles. Son débit de paroles était si rapide que je dus lui faire répéter entièrement sa phrase : « Anne, Fatou parlait dans mon téléphone pendant qu’elle vous parlait ! C’est complètement fou ! »

Il avait fallu plusieurs semaines à Mariam pour se plonger dans l’écoute de notre séance qui l’avait déjà tant bouleversée. Mais éprouvant le besoin de se sentir, l’espace d’un instant, près de sa sœur qui lui manquait tant et pour qu’aucune oreille curieuse n’entende l’enregistrement, elle avait mis ses écouteurs pour s’imprégner tout à fait de notre échange passé. Pendant que Mariam suivait attentivement chaque mot, elle entendit tout à coup une troisième voix qui se mêlait aux nôtres et attendait mes pauses respiratoires pour crier : « Bonne nuit ! Bonne nuit, ma sœur ! » La clarté de cette voix était extraordinaire ; je peux en attester puisque j’ai eu, à mon tour, la chance d’écouter la bande sonore de Mariam. Je compris alors toute l’énergie que Fatou avait mobilisée pour délivrer à la fois des messages par mon entremise, et pour laisser

un souvenir indélébile à sa sœur. Mariam ne me l'a jamais avoué, mais je sais que les soirs où elle ne trouve pas le sommeil, elle se laisse bercer par le « Bonne nuit » de sa jumelle…

L'eau, source de vie et conducteur privilégié de nos défunts

Je n'ai plus peur des « monstres » depuis longtemps. Le cinéma en fabrique depuis la fin du XIXe siècle pour effrayer les petits et les grands, mais il n'a finalement rien inventé : un monstre n'est ni plus ni moins qu'une manifestation inédite et surnaturelle qui échappe encore à l'homme dans sa forme et son apparence. La littérature regorge de monstres « devenus » gentils parce que nous avons su les voir au-delà de leur apparence et de leur aspect effrayant. Les pionniers de l'écriture automatique, de la TCI, du spiritisme, ont dépassé, à leur tour, la peur que peut générer une main qui bouge toute seule, un bras qui s'anime pour peindre ou encore une table qui tourne, une voix qui s'échappe d'un magnétophone pour en décrypter le sens caché.

« L'eau est la force motrice de toute la nature », écrivait Léonard de Vinci : c'est un formidable mémento qui me rappelle que je ne peux pas clore ma petite nomenclature des différentes manifestations sémiologiques de l'invisible sans parler de l'eau. Elle revêt principalement trois formes symboliques : l'eau est une source de vie, un moyen de purification et elle occupe une fonction de régénération. Toutes ces notions ancestrales se retrouvent, elles aussi, au sein des mythologies anciennes, des religions et sont encore présentes dans de multiples croyances, récits et rituels à travers le monde. Depuis l'Antiquité égyptienne, l'eau est le symbole

universel de fécondité et de fertilité, quand, dans la mythologie mésopotamienne, les « eaux primordiales » sont à l'origine de la création du monde et de la vie. Dois-je vous rappeler que le déluge de l'Ancien Testament est un élément fondateur, car il génère la destruction puis la renaissance de l'humanité ? L'usage rituel de l'eau sous la forme d'un bain, d'ablution ou encore d'immersion représente dans la plupart des religions la régénération totale du corps et de l'esprit.

En tant que médium, je retiens également la représentation des mers, des fleuves comme un symbole puissant du passage dans l'Au-delà. J'ai eu le privilège, dans nombre de mes songes, de me voir embarquée sur les rives d'une eau bien mystérieuse. Comme si j'avais eu l'opportunité de voyager, en compagnie du Dieu égyptien Rê, d'un point à l'autre du cycle perpétuel du lever et du coucher du soleil. De la vie et de sa finitude. Mon envie était toujours forte d'accoster sur la rive inconnue qui se présentait petit à petit devant moi : cette requête m'était toujours refusée dans mes songes, et je sais pourquoi !

L'eau, élément impalpable, est utilisée dans les interprétations freudiennes selon qu'elle apparaît trouble, limpide ou au contraire déchaînée, dans nos rêves : elle est le reflet de l'état de notre subconscient et des tréfonds de notre âme. Tous les monstres, toutes les créatures aquatiques célèbres viennent troubler le voyage des navigateurs, le perturber, et parfois les faire sombrer dans les abysses.

Par ailleurs, l'eau représente les deux tiers de notre organisme humain, et c'est également dans l'eau, précieux liquide amniotique, que nous naissons. Elle est également partout dans nos foyers : dans les sols sur lesquels nous faisons construire nos maisons, gorgés de nappes phréatiques, de courants d'eau souterrains ; à

l'intérieur, par le biais des canalisations que nous y installons pour la faire circuler. Notre maison doit également affronter l'eau présente sous forme d'intempéries et nous protéger de la pluie, de la neige et du verglas. Que nous fassions construire ou non une maison, nous héritons toujours, d'une façon ou d'une autre, de l'histoire du lieu, des événements qui s'y sont produits et dont le sol garde encore une mémoire active. Même si vous posez la dernière tuile neuve sur le toit de votre maison, si les fondations reposent sur un sol qui est grouillant d'eau, qui constitue donc une mémoire en mouvement et encore active malgré les années, vous pouvez en ressentir encore les énergies positives ou négatives qui s'en dégagent.

Comme vous le savez, la France, comme beaucoup d'autres pays, a été traversée par de nombreuses guerres et de nombreuses épidémies qui ont fait énormément de victimes. Je ne peux m'empêcher de penser à cette terrible phrase que nous chantons à tue-tête en entonnant la Marseillaise : « Qu'un sang impur abreuve nos sillons ». L'image est terrible dans la forme, mais tout à fait juste dans le fond : quels que soient les événements qu'un pays traverse, sa terre et ses sols impriment à jamais leurs égrégores. Comment laisser un terrassier couler la première dalle d'une maison familiale sur un ancien charnier à bestiaux, ou pire encore, sur un ancien champ de bataille ?

Le sol abrite toutes les racines, quelles qu'elles soient : celles des végétaux, du mal et de la douleur, comme les racines transgénérationnelles. Dans la plupart des familles, aux siècles derniers, la coutume était d'enterrer les ancêtres dans le fond du jardin ou de la vaste propriété, selon leur statut social : un lieu n'est donc jamais totalement dégagé des événements qui s'y sont déroulés ou des hommes qui y ont vécu. Je ne le dirai jamais assez :

demandez les cadastres avant d'acquérir un bien, exhumez les histoires de la ville dans laquelle vous envisagez de vous installer, et plus précisément celle de votre futur quartier. La première indication précieuse ne se trouve parfois pas très loin de vous, il suffit de lever le nez et de regarder un panneau, celui du nom de votre rue : je ne pourrais guère arrêter mon choix sur un bien qui se situerait « rue du Jardin-brûlé », « avenue des Vingt-Sept-Martyrs », ou encore « chemin de l'Homme-mort » ! Et croyez-moi, tous ces noms existent. Vous pouvez vérifier sur votre ordinateur…

Les voisins sont souvent des mines d'informations précieuses sur l'historique d'un quartier, voire d'une maison : avant de signer votre achat définitif, armez-vous de votre plus beau sourire et écoutez-les !

S'il s'agit d'une maison déjà existante et que vous venez d'acquérir, vous hériterez alors non seulement de la mémoire des sols, mais également de celle des murs. J'ai conscience que je ne vais pas faciliter la tâche aux agents immobiliers, mais beaucoup d'entre eux ne pourraient que corroborer mes dires. Les murs, composés de pierres, de chaux, de briques ou peut-être de bois, absorbent, tels des éponges, toutes les énergies de leurs habitants. Il y a des lieux qui n'ont connu que les cris et la terreur, la peur et l'oppression. Ceux-là pourront générer en nous, sans que nous nous en rendions compte, dans un premier temps, des sautes d'humeur, du stress alors que nous n'avons aucune raison personnelle à cela. Beaucoup de couples m'avouent se sentir « à fleur de peau » et prompts à une dispute dès qu'ils franchissent le seuil de leur maison alors que tout allait à merveille juste avant. Lorsque je leur demande de me donner le motif précis de la dispute, ils sont en général incapables de remonter le fil des événements. Sinon ils éclatent de rire en évoquant le motif tout à fait futile qui les a conduits à de telles

extrémités. Je les invite alors à comprendre le passé de leur maison qui peut influencer leur comportement. Dans la plupart des cas, ils apprennent que le précédent propriétaire ou un membre de sa famille est décédé de façon brutale ; que des femmes ont péri sous les coups d'un mari violent, ou que d'autres ont mis fin à leur jour par désespoir et lassitude. Il n'est jamais anodin d'hériter de l'histoire d'un lieu, de ses joies comme de ses peines.

Si vous cherchez à acheter un bien immobilier pour y installer votre famille, pour organiser des week-ends entre amis et en faire un lieu de convivialité, assurez-vous que ce lieu n'abritait pas jadis des carmélites ou des hommes de foi qui avaient fait vœu de silence et de recueillement… À moins de vouloir s'y reposer, il y a fort à parier que vos proches ne viendront pas spontanément chez vous !

Cet été, dans les conditions particulières de la pandémie mondiale que nous traversons, j'ai cherché un endroit où me ressourcer sans risque. J'ai demandé à l'Univers de m'aider dans cette quête, lorsque je suis tombée sur une annonce séduisante : au cœur du Pays basque, un charmant appartement me tendait les bras en pleine ville. La propriétaire, charmante, avait laissé un message à mon intention sur la table du séjour : « J'espère que vous vous sentirez comme chez vous et que vous pourrez vous reposer, puisque telle était votre requête. Votre année avait l'air d'être très éprouvante ! Faites attention à la petite avancée quand vous voudrez fermer les volets, le bâtiment est ancien et classé historique : il a abrité durant de nombreuses années un ancien couvent de bonnes sœurs et nous n'avons pas pu toucher à la façade. » L'Univers avait entendu ma demande ! Repos, méditation et écriture furent mes principales activités. Les lieux sacerdotaux sont parfaits pour y abriter des artistes ou des personnes souhaitant s'isoler, nettement moins celles qui sont en mal de compagnie.

Que dire des maisons ou des appartements, au cœur de querelles familiales déchirantes, qui ont divisé à jamais des lignées entières ? Dans mes statistiques personnelles, je dirais que près des trois quarts des disputes familiales concernent les décisions successorales… Impossible de noter ici les noms d'oiseaux que certains s'échangent au pied des tombes, les bassesses financières, les comptages de petites cuillères et les recherches de liasses de billets sous le matelas…

À quel moment les maisons peuvent-elles s'animer de phénomènes étranges ? Pourquoi certaines ne parviennent-elles jamais à se vendre malgré de nombreuses visites ? Dès lors que les anciens habitants n'ont pas donné leur accord, de leur vivant, pour céder leur bien ! Remémorez-vous quelques exemples que vous avez sans doute déjà connus : la maison est parfaite, l'emplacement idéal, les rénovations récentes, le prix raisonnable et l'agent immobilier se frotte déjà les mains à l'idée de sa commission. Les visites s'enchaînent, les enthousiasmes sont visibles, pourtant aucune promesse de vente ne se signe. Lorsque les agents rappellent les visiteurs pour recueillir leurs impressions, certains d'entre eux oublient même de quel bien il s'agit ! Si vous aviez mes facultés de clairvoyance, vous pourriez même apercevoir, sur le perron de la maison, la silhouette diaphane des anciens propriétaires qui « tiennent encore le siège » pour signifier qu'il n'est pas question de vendre.

Acheter un bien immobilier, c'est hériter de la mémoire des sols, des murs et de ses anciens habitants. Ceux qui me connaissent savent que j'ai pour habitude de dire que ce n'est pas nous qui choisissons un bien, mais le bien qui nous choisit, en fonction de notre profil et de ses éventuelles similitudes avec les anciens

habitants. Comme s'il s'agissait d'assurer une continuité, heureuse ou malheureuse. « Et si nous ne sommes pas médiums, me direz-vous, comment faire pour comprendre qu'un lieu est encore chargé des énergies oppressantes de défunts prédécesseurs ? » Hormis vos ressentis personnels et certaines manifestations évidentes auxquelles vous pouvez rapidement être confrontés – un de mes consultants avait pour triste habitude de se faire tirer les pieds durant son sommeil – tout ce qui se rapporte à l'eau et ses diverses conséquences est une piste tangible et fréquente. De façon bien plus récurrente qu'une lampe qui s'allume parfois seule ou qu'un poste de télévision qui s'éteint, nos défunts peuvent manifester leur présence par le biais de l'énergie aquatique. Nul besoin d'incriminer votre plombier ou de douter de ses compétences : les problèmes d'eau récurrents dans une maison indiquent bien souvent que des locataires invisibles s'y trouvent encore et qu'ils comptent bien le faire savoir !

Pierrette est une quinquagénaire qui a saisi l'opportunité de faire sa grande révolution après avoir surpris Maurice, son mari depuis vingt-cinq ans, en galante compagnie dans le lit conjugal. En assommant Maurice avec la lampe de chevet, elle a tiré un trait sur sa vie d'épouse dévouée et demandé le divorce dans la foulée. Lorsqu'elle récupère les clefs du petit deux-pièces qu'elle vient de louer, elle est aussi excitée à l'idée de retrouver son autonomie que stressée face à la nouvelle vie qui l'attend. Tandis qu'elle participe à l'état des lieux, elle se dit que l'appartement dégage une odeur particulière et qu'elle a hâte d'ouvrir grand les fenêtres pour l'aérer. Une semaine plus tard, accompagnée des déménageurs, elle se précipite avec ses cartons. Mais une odeur nauséabonde insoutenable fait office de comité d'accueil, au point d'en avoir un

haut-le-cœur. Pierrette l'identifie à une odeur de nourriture avariée, comme du poisson ; elle se met donc à ouvrir tous les placards de la cuisine en se disant que ses prédécesseurs ont sans doute oublié de les vider. Mais elle ne trouve rien.

Malgré un grand ménage et à grand renfort de parfum d'ambiance, l'odeur persiste et semble revenir par vagues ; des odeurs de remontées de canalisations envahissent aussi régulièrement sa douche et son lavabo. Elle attribue ce phénomène au fait d'être située en rez-de-chaussée, et inonde donc régulièrement ses sanitaires de puissants produits à la soude. Si tous ces désagréments trouvent une explication rationnelle et logique, ce que Pierrette ne s'explique pas, c'est cette sensation désagréable qu'elle éprouve dès qu'elle ferme les yeux : elle se sent observée, au point de ne plus parvenir à trouver le sommeil. Comme si une paire d'yeux invisibles la fixait dans la pénombre avec sévérité. Malgré son épuisement, Pierrette reçoit ses amies dans son nouvel appartement. Mais Lucie et Jeanne n'ont pas le temps de prendre le thé cet après-midi-là, qu'elles doivent aider Pierrette à éponger l'énorme dégât des eaux déclenché dans sa cuisine. Le diagnostic du plombier est sans appel : fissure dans la canalisation. Une partie du plafond de sa salle de bains a même cloqué sous le poids de l'eau.

Je n'avais pas encore rencontré Pierrette à ce moment-là, mais elle décida d'elle-même de monter au deuxième étage de sa résidence pour interroger Madame Lamoureux, « la bible du quartier » : elle connaissait la genèse de chaque famille. Elle lui parla aussitôt de madame Lemarchand, la gentille petite propriétaire qui habitait jadis au rez-de-chaussée, décédée brutalement, une année jour pour jour après son mari. Pierrette comprit aussitôt qu'elle lui parlait de l'appartement dans lequel elle résidait. Madame

Lamoureux, qui était une grande bavarde, ajouta : « La pauvre femme est décédée dans son sommeil, remarquez, elle n'a pas souffert ! »

C'est à la suite de ce récit glaçant que je pus confirmer à Pierrette, venue me rencontrer en catastrophe, que la présence qu'elle sentait à ses côtés chaque nuit était sans doute celle de la veuve éplorée. « Elle ne cherche nullement à vous faire peur, lui dis-je, elle n'a sans doute pas compris qu'elle était décédée. Elle se demande simplement ce que vous faites chez elle ! Les odeurs pestilentielles, les dégâts des eaux, les canalisations qui refoulent sont les moyens qu'elle a trouvés pour vous dire que vous n'êtes pas la bienvenue. » La fille de madame Lemarchand avait en effet rapidement mis l'appartement de sa défunte mère en location. J'encourageai Pierrette à fouiller de nouveau son lieu de vie, car j'avais la sensation qu'il restait encore un souvenir de la défunte octogénaire. Elle trouva, après des heures de recherche, une petite photo de l'ancienne propriétaire qui avait glissé derrière un tiroir du meuble de l'entrée. Pierrette alla déposer de son propre chef cette photo sur l'autel de l'église de son quartier en souhaitant à cette femme de trouver le repos. Elle put enfin vivre sereinement.

Les présences invisibles s'infiltrent parfois dans les lieux de vie où subsistent encore un peu de leur histoire et souvent beaucoup de leur chagrin. Le verbe « s'infiltrer » est d'autant plus juste que l'eau est un conducteur privilégié pour les entités défuntes. Vous penserez sans doute qu'il est un peu réducteur d'affirmer que les maisons pleurent encore avec leurs anciens habitants, mais je vous invite à observer les intrigantes lois des séries qu'on trouve dans certains domiciles : dégâts des eaux à répétition, infiltrations dans des maisons pourtant récentes, eaux stagnantes et nauséabondes,

odeurs caractéristiques de moisissures ou de pourriture. Mes consultants de longue date connaissent désormais ma devise : « Problème d'eau égal problème d'entités ! »

Avant de vous occuper des devis et réparations – pourtant nécessaires –, plongez dans le grand bain de l'histoire de vos prédécesseurs. Je conseille ensuite d'encenser votre lieu de vie avec de la sauge séchée ou des cristaux de benjoin, en n'omettant évidemment pas de privilégier les pièces d'eau. Quant aux prières qui doivent accompagner ce protocole, je recommande de faire celle qui vous convient le mieux, ou plus précisément d'y mettre du cœur. Il faut souvent réitérer cette opération durant une bonne semaine, en n'oubliant pas d'aérer la maison ensuite. Il est préférable, comme pour toutes les démarches spirituelles, de choisir un moment où vous êtes seul et au calme, sans enfants ni animaux de compagnie, très sensibles à toutes ces manifestations.

Il est évidemment des drames anciens, des histoires bien trop lourdes pour être balayés par quelques volutes d'encens. Il est alors nécessaire de faire appel aux géobiologues qui analysent les énergies du sol, ou aux énergéticiens qui nettoient celles des murs, et tous les égrégores qui émanent d'un lieu de vie. On fait souvent appel à mes facultés pour une lecture historique de ces endroits chargés et encore empreints de leurs habitants invisibles afin d'identifier les âmes en souffrance et de comprendre leurs histoires.

Aucune manifestation sémiologique du monde invisible n'est une démonstration hollywoodienne visant à effrayer et à instaurer la terreur, c'est plutôt une autre forme d'appel à l'aide, de langage désespéré ou d'incompréhension. Si nos guides, nos défunts, ont pour mission de nous accompagner efficacement, notre rôle consiste parfois à comprendre pourquoi nous avons hérité d'un lieu de vie. Que vient-il nous rappeler ? En quoi notre histoire personnelle peut-

elle comporter des synchronicités étonnantes avec celles que de parfaits inconnus ont vécues de nombreuses années auparavant ? Je crois profondément aux maillages invisibles pour nos yeux et nos facultés cognitives qui nous relient les uns aux autres en défiant les règles du temps et de l'espace. Un lieu peut être le théâtre d'événements récurrents qui se perpétuent par la seule force de l'énergie qu'il en a conservé. Nous rejouons alors la scène avec la même intensité ; sans le savoir, nous avons d'ailleurs été choisis pour incarner le rôle et pour tenter, à notre tour, de donner une issue heureuse là où d'autres ont sombré.

Recevoir un signe de nos prédécesseurs, c'est comme si des souffleurs dans la coulisse étaient venus nous avertir des échecs et des chagrins ancestraux.

Ma petite nomenclature des manifestations sémiologiques de l'Au-delà n'a pas la prétention d'être exhaustive. Elle vous invite à comprendre que notre plan terrestre n'est qu'un support vibrant et que, dans chaque parcelle de vie, sommeille un signe qui peut nous être destiné. Notre psyché est sollicitée dans les songes qui jalonnent nos nuits, les sensations de « déjà-vu » qui ponctuent nos journées ou lorsque les synchronicités font se rencontrer deux coïncidences en un événement chargé de sens dont nous seuls avons la primeur. Nos capacités sensorielles sont interceptées par le monde invisible pour sortir de leurs fonctions de détection de notre univers ambiant, indispensables à notre survie ; il s'agit alors de voir autrement et différemment, de se laisser envahir par une image, un son, un mouvement, un goût ou une odeur totalement étrangère à nos repères habituels.

L'Univers cherche partout ses meilleurs alliés, s'appuie sur nos talents pour en faire de judicieux outils de communication. Et si,

malgré toutes ces manifestations saisissantes, nous demeurons toujours dans le doute et l'ignorance, il est prêt à tous les cataclysmes naturels, à rallier à sa cause l'eau, le feu, l'air et la terre pour nous bouleverser. Il n'est pas utile de relire les mythes diluviens pour comprendre qu'il est parfois nécessaire de déclencher le chaos pour faire table rase de nos certitudes… Ces fins du monde que l'on raconte et que l'on perpétue dans chaque culture n'ont qu'un but : nous faire comprendre qu'il n'existe pas qu'un seul et unique monde, mais de multiples mondes qui cohabitent entre eux, se répondent et s'inspirent les uns des autres.

Notes

1. Antoine de SAINT-EXUPÉRY, *Le Petit Prince*, Reynal & Hitchcock, 1943.

2. Pierre JOVANOVIC, *Enquête sur l'existence des anges gardiens*, France Loisirs, 1993.

3. Paul ÉLUARD, *Capitale de la douleur*, Vera J. Daniel, 1926.

4. André BRETON, *Manifeste du surréalisme*, Éditions du Sagittaire, 1924.

5. Neale Donald WALSCH, *Conversations avec Dieu*, j'ai lu, 2003 [1995].

6. Mary SHELLEY, *Frankenstein ou le Prométhée moderne,* Lackington, Allen & Co, 1818.

Développer notre champ morphique

« Shéhérazade s'interrompit en cet endroit et dit à Shahryar :
"Sire, votre majesté ne s'aperçoit peut-être pas qu'il est jour.
Si je continuais de parler, j'abuserais de votre attention."
Le sultan se leva, résolu d'entendre, la nuit suivante,
la suite de cette merveilleuse histoire[1]*. »*

Nous connaissons tous ce grand texte fondateur, classique parmi les classiques, *Les Mille et Une Nuits*. Il était une fois en Orient une femme rusée et courageuse qui finit par triompher de la mort qui leur était promise, à elle et ses sœurs, grâce à un combat qui a nécessité mille et une nuits d'enfermement, avec pour seul remède des histoires improvisées à raconter, des fictions, des fables, des poésies ou encore des fresques quotidiennes pour survivre au projet funeste du sultan Shahryar : épouser chaque soir une vierge avant de la faire exécuter à l'aube. Shéhérazade y parvint tant et si bien qu'au fil des nuits, elle apprit à vivre avec le sultan, qui l'épousera et avec lequel elle aura trois enfants. La nuit aura ôté sa charge mortelle au jour.

J'aime ce conte, pourtant cruel et haletant, parce qu'il est, selon moi, la meilleure allégorie de la connexion au champ morphique. Comme l'écrit Goethe, le caractère même de cet ouvrage n'est pas « de ramener l'homme sur lui-même, mais de le transporter par-delà

le cercle du moi dans le domaine de la liberté absolue ». Shéhérazade a su défier les règles du temps et de la logique annoncée du sultan en l'emmenant dans le monde hypnotisant des histoires et des fables. Elle lui a permis, en quelque sorte, de se connecter à l'âme même du monde, lui faisant oublier sa propre réalité. Grâce à un dédale narratif sans précédent, elle a su capter son attention et transformer le moment profane en un instant sacré, dans lequel le temps n'existe plus.

Par ailleurs, comme le met en avant l'universitaire Aboubakr Chraibi : « Shéhérazade […] promet de raconter des histoires surprenantes et étonnantes, c'est-à-dire des histoires qui ne s'adressent pas à la raison mais à l'affect. Des histoires amusantes et futiles. Parfois les choses qu'on croit futiles peuvent nous sauver la vie. »

C'est exactement la fonction originelle du signe : nous alerter, de façon parfois triviale, sur l'importance d'une situation à venir. Les mythes et les contes renferment les mémoires de nos ancêtres, leurs enseignements et leurs sentiments, tout autant que celui qui le transmet ou le lit y dépose un peu de lui-même, y rajoute un sens nouveau qui vient s'agglo-mérer dans cet immense champ énergétique. Le champ morphique, que les sociétés théosophiques appellent « mémoires akashiques », Jung « inconscient collectif », Eckart Tolle « corps de souffrance », est un « espace » privilégié dans lequel des interactions subtiles s'opèrent consciemment ou inconsciemment entre l'Univers et nous. Il s'agit de notre meilleur véhicule pour avoir accès à des manifestations sémiologiques du monde terrestre ou du monde céleste.

« Les contes, c'est un genre qui consiste à embarquer les gens dans le réel, et à les emmener peu à peu vers une autre dimension qui n'est pas le réel », disait le cinéaste Jean-Pierre Denis. Cette

question vient toujours après « Anne, s'agissait-il d'un signe de l'Au-delà ? » : « Comment percevoir au mieux les signes qu'on nous envoie ? »

Les états modifiés de conscience

Je pourrais reformuler la question de la façon suivante : comment être davantage réceptif, ouvrir son champ de perception et de communication au monde de l'Au-delà ? Je le répète ici encore, recevoir un signe d'un guide ou d'un défunt n'est pas l'apanage des médiums. Il s'agit, avant toute chose, de pouvoir capter et échanger des informations. C'est ce que le cerveau, cet outil totalement incroyable et constitué de plusieurs milliards de cellules, fait chaque jour. Comme nous l'avons vu précédemment, ces échanges énergétiques provoquent l'émission de courants électriques faibles, que l'on nomme les ondes cérébrales. On peut d'ailleurs les capter en pratiquant un électro-encéphalogramme.

Le rythme de ces ondes, que l'on mesure en cycles par seconde, varie selon notre activité. Il sera différent selon que nous sommes en état d'éveil, de repos, de relaxation ou encore de sommeil léger ou profond. Chaque type d'onde que nous émettons est représenté par une lettre de l'alphabet grec, à savoir alpha, bêta, thêta ou delta. En fonction de l'activité du cerveau et du cycle des ondes que ce dernier émet, il existe un état privilégié à la réception sémiologique.

Le rythme bêta est celui du plein éveil, durant lequel nous sommes dans l'action, nous avons les yeux grands ouverts, ou encore lorsque nous réfléchissons, que nous nous concentrons intellectuellement. Le cerveau fonctionne alors à plein régime et celui-ci affiche des cycles de l'ordre de quatorze à vingt et un par seconde (en hyperactivité, il peut même dépasser les vingt et un

cycles par seconde). Durant cet état, nous sollicitons – de manière générale – la partie gauche de notre cerveau, privilégiant la rationalité, la logique et bien évidemment, le mental.

Dès que nous fermons les yeux, que nous nous installons dans une position confortable, enfoncés dans notre canapé, l'encéphalogramme affiche un ralentissement de nos ondes cérébrales et le cerveau fonctionne selon un rythme qui oscille entre sept et quatorze cycles par seconde. Lorsque nous nous « branchons » sur ce rythme cérébral alpha, le mental est plus calme et les deux hémisphères de notre cerveau fonctionnent en harmonie. Nous pouvons délaisser l'hémisphère gauche généralement dominant, car nous n'avons pas besoin de solliciter un travail analytique ou de réflexion. C'est le moment privilégié pour libérer notre partie intuitive.

Le rythme thêta, lui, ralentit l'activité cérébrale au point que le cerveau oscille entre quatre et sept cycles par seconde. Il correspond à la phase du sommeil léger, et plus nous nous enfonçons dans ce rythme, plus notre sommeil devient profond. Le niveau thêta correspond parfaitement aux exercices d'hypnose guidée et à la zone d'insensibilité à la douleur. C'est à ce niveau que les hypnothérapeutes plongent leurs patients pour des séances d'hypnose profonde et de régression en vue d'explorer les vies antérieures. De plus en plus d'hôpitaux ont recours à ce degré d'hypnose afin de remplacer l'anesthésie chimique.

Enfin, le rythme delta correspond véritablement à la zone de l'inconscient, le sommeil est alors tellement profond que le cerveau fonctionne en dessous des quatre cycles par seconde. S'il descend en deçà, nous sombrons dans le coma, qui s'approche de la mort physique. Dans cet état, il faut savoir que seules les fonctions vitales sont assurées par le cerveau, et il n'est pas question de projection

intuitive ou créative. Lorsque l'encéphalogramme affiche un tracé plat, nous sommes alors déclarés morts cliniquement.

C'est pourquoi le monde invisible privilégie toujours le moment où nous entrons en zone alpha. Cela correspond au moment où nous allons nous relaxer, ou bien lorsque nous choisissons un fond sonore qui nous plaît et que nous nous laissons envahir par la mélodie. N'avez-vous jamais senti votre esprit en « pilotage automatique » alors que vous effectuez un long trajet en voiture ? Passé les premières minutes durant lesquelles vous revisitez votre journée, vous élucubrez sur vos problèmes actuels, il subsiste toujours un moment où vous décrochez enfin ; votre esprit libère une sorte de bande passante où s'affichent des images et des idées sur lesquelles vous n'avez pas beaucoup de prise. Autre moment choisi que nous avons abordé avec la thématique du sommeil : la phase de l'endormissement. Nous ne sommes pas encore tout à fait endormis, plus complètement éveillés, et nous flottons dans un « entre-deux ». Nous pouvons percevoir les bruits aux alentours, les mouvements autour de nous, mais nous n'avons aucun réflexe par rapport à ces derniers, si tant est qu'ils s'inscrivent comme une toile de fond à notre entrée dans le sommeil.

C'est à ce moment-là que nous sommes les plus réceptifs aux signes de l'Au-delà, que l'Univers déploie sa présence et vient introduire une image, une idée, une manifestation extérieure, car il sait que nous serons davantage à son écoute.

Le rythme alpha réunit l'hémisphère droit et gauche du cerveau, ce qui lui confère un pouvoir de vision globale des choses. Il nous arrive souvent d'avoir, à ce moment précis, ce que j'appelle des fulgurances ; comme si nous n'avions abordé une problématique que sous un seul et unique angle, celui de la logique, de notre esprit cartésien. Tout à coup, notre champ d'observation s'élargit et nous

obtenons une vision panoramique. Tous les éléments cachés par nos doutes, nos émotions, se révèlent enfin dans leur vérité.

Savoir placer le cerveau en état alpha permet d'avoir une meilleure concentration, mais également une meilleure mémoire, car il saura se débarrasser des pollutions inutiles. Lorsque nous sommes actifs, voire hyperactifs, nos émotions agissent comme des baromètres aux événements du quotidien qui s'enchaînent et que nous subissons. L'état alpha permet de mieux gérer notre stress et nos réactions émotionnelles : n'oubliez jamais que la peur est le plus puissant rempart à la manifestation du monde invisible !

Vous l'aurez compris, on parvient à se placer en état alpha en pratiquant le yoga, la méditation ou l'hypnose. Je dois ajouter à cette liste non exhaustive de nombreuses pratiques : peindre, lire, jouer de la musique, tricoter, tirer à l'arc, danser… En définitive, on atteint l'état alpha lorsque nous oublions notre corps et qu'il devient un outil au service d'un art ou d'une activité. Les sportifs, les artistes, les cuisiniers, les médiums se mettent, naturellement et régulièrement dans cet état particulier de conscience. Quoique vous puissiez imaginer, je n'ai jamais été à l'aise à l'idée d'affronter un public qui aurait le regard braqué sur moi. Mais de la danse classique que j'ai pratiquée de nombreuses années, j'ai appris une chose : je devais mettre mon corps et mon esprit tout entier au service de mon art. Cela requiert, bien entendu, de maîtriser l'aspect technique pour pouvoir s'en libérer et s'en affranchir au plus vite. Mais une fois les pas appris, les gestes maîtrisés, l'énergie qui s'en dégage produit un effet apaisant. Comme si nous avions plongé notre nez dans un bocal rempli d'endorphines. L'état médiumnique est exactement cela : savoir oublier le monde extérieur, créer une bulle libérée de tout jugement, de toute émotion contraignante, afin de recevoir uniquement les informations que nos guides et nos défunts auront à

nous délivrer. Sans éprouver le besoin instinctif de commenter les messages par le spectre de notre logique.

Comme le suggère une amie thérapeute, avoir une activité créative régulière permet de libérer une production énergétique efficace ; non seulement nous pouvons, par ce biais, évacuer le stress, mais cela nous prépare un peu chaque fois à entrer dans ce fameux état alpha. Nous pouvons, l'espace d'un instant, arrêter enfin notre dialogue intérieur : celui qui commente chacun de nos faits et gestes, qui critique, qui saborde nos envies et qui ponctue nos phrases par « de toute façon, tu n'y arriveras jamais ». Je défie quiconque de tenter de marcher sur un fil suspendu dans le vide et de trouver l'équilibre tout en se remémorant ce qu'il a fait la veille ! L'esprit fait toujours le choix de l'efficacité et se mobilise dans les moments d'urgence.

Je vous observe déjà, un tapis de yoga sous le bras ! Ceux qui pratiquent régulièrement cette activité connaissent la principale difficulté de l'exercice… L'état modifié de conscience alpha se décompose en effet en quatre niveaux. Le premier, le niveau 4, est très proche de l'état d'éveil, mais il s'active automatiquement dès que l'on prend une position de relâchement ou que l'on ferme les yeux. C'est à ce moment-là que le cerveau ralentit les ondes cérébrales ; le corps se détend, puis se relâche, au point d'atteindre le niveau 3. Le mental est alors encore actif, et nous sommes toujours capables de penser aux dix mille choses qui nous préoccupent. Vient alors ce sentiment de « planer », de nous sentir bien et détendus. Nous sommes presque incapables de savoir à quoi nous pensons ; nous avons alors atteint le niveau 2. Juste après cette phase, nous sombrons tout doucement pour atteindre le niveau 1, qui est le niveau de base du rythme alpha, celui dans

lequel notre « bande passante » est complètement vierge. Mais, sans nous en rendre compte, nous avons déjà chuté dans le sommeil et le cerveau fonctionne en thêta.

Toute la difficulté de l'exercice de méditation, de yoga, réside donc dans notre capacité à atteindre le niveau 1 sans chuter dans le sommeil : il s'agit d'une véritable performance, d'un exercice quasi sportif qui demande de l'entraînement. Au-delà de la joie de recevoir des signes du monde invisible, ce niveau 1 est une véritable passerelle pour les thérapeutes afin d'agir directement au cœur de nos problèmes émotionnels, de santé ou encore de manque de confiance en nous par le biais de l'hypnose.

Je vais sans doute faire grimacer les professeurs de sophrologie ou de méditation, mais je voudrais donner un début d'explication à ceux et celles qui me disent : « Méditer ? Pratiquer le yoga ? Ah non, c'est vraiment pas mon truc ! » Je ne vois aucun intérêt à méditer chaque samedi sur un joli tapis violet dans une tenue *fashion* durant une heure entière ! Sauf si c'est pour découvrir cette discipline et y prendre goût. Moi qui ai acquis des facilités à me mettre en état modifié de conscience, si je médite plus de quinze minutes en tailleur sur mon tapis, je me mets à rédiger mentalement ma liste de courses pour la semaine avant de finalement piquer du nez ! Faire le vide plus de dix minutes réclame de l'entraînement et de la patience. La régularité faisant toujours l'efficacité, je vous encourage à réduire, dans un premier temps, vos pratiques méditatives, afin de parvenir à cet état 1 du rythme alpha. Comme si nous partions à la recherche d'un trésor, il faut souvent expérimenter, chercher au fond et autour de soi les meilleures conditions possibles pour obtenir les clefs d'une nouvelle communication.

Comme pour le monde onirique, parvenir à cet état privilégié de conscience nécessite de respecter l'adage « *mens sana in corpore sano* », « un esprit sain dans un corps sain ». Les anxiolytiques, l'alcool, une nourriture trop copieuse, les drogues, sont autant de moyens d'évasion ou de traitement de la douleur, mais ils sont totalement incompatibles avec cet état modifié de conscience. Il y a une grande différence sémantique entre « planer » grâce aux drogues et « planer » spirituellement.

Le pouvoir des rituels

Maintenant que vous en savez davantage sur les différents niveaux d'activité du cerveau, plongeons dans l'histoire de l'être humain, avec Bruce Lipton, un biologiste du développement américain connu pour ses travaux en épigénétique.

Durant les sept premières années de son existence, le cerveau d'un enfant émet une fréquence de vibrations plus basse que la conscience. Son activité cérébrale se situe dans la zone qui oscille entre 4 et 7 cycles par seconde, c'est-à-dire au rythme thêta. Rappelez-vous, c'est celui de l'imagination, de la créativité, mais surtout celui de l'état d'hypnose profond. C'est pourquoi les enfants sont capables de jouer à la dînette en remplissant leurs verres de sable, leurs assiettes de morceaux de papier en pensant qu'ils sont réellement en train de partager un repas. Les monstres existent alors sous les lits, les balais sont des chevaux que l'on chevauche…

Pour qu'ils puissent atteindre un niveau de conscience, il faudrait qu'ils sachent au préalable de quoi ils pourraient être conscients ; or, ils arrivent au monde vierges de toute programmation. Pour filer cette métaphore informatique, ce sont de petits ordinateurs neufs et rutilants sans aucun logiciel à l'intérieur. Le logiciel, ils le trouveront

directement en observant le monde qui les entoure. Le premier cercle du bébé est bien évidemment celui de ses parents, qu'il va regarder attentivement et considérer comme ses repères. Il se trouve dans cet état hypnotique qui enregistrera automatiquement chacun des gestes, des mots et des attitudes de son entourage comme des données qu'il classera immédiatement dans son subconscient. Le mot « subconscient » signifie « qui est sous la conscience » : les enfants observent leur entourage proche et téléchargent leurs programmes comportementaux dans leur subconscient.

Imaginez un petit enfant qui monte sur un toboggan et qui en tombe subitement. Sa première réaction n'est pas de se demander s'il a mal quelque part, mais de regarder sa mère ou son père. Si l'un ou l'autre est effrayé et se met à crier, l'enfant se mettra alors à pleurer, mais s'il lui dit calmement « relève-toi et retourne sur le toboggan, ce n'est pas grave », l'enfant s'exécutera. Son cerveau, en état modifié de conscience, gravera ainsi sur sa bande passante tous les schémas éducatifs, parentaux, culturels et sociétaux auxquels il sera confronté.

Bruce Lipton va d'ailleurs plus loin dans son analyse, puisqu'il évoque les enfants qui naissent dans des familles pauvres et qui entendent durant les premières années de leur existence des phrases comme : « La vie est un combat. », « On ne va jamais y arriver. », « Mais pour qui te prends-tu ? » Le programme subconscient que ces enfants ont reçu restera gravé en eux. Prétendre qu'ils risquent de se saboter la majeure partie du temps dans leurs perspectives de réussite financière et sociale n'est pas de l'ordre de la divination… Pour le dire autrement, les enfants qui viennent de familles riches ne le deviennent pas, à leur tour, grâce à une réflexion intelligible : ils le deviennent naturellement parce qu'ils

auront absorbé les comportements de leurs ancêtres. Être riche n'est pas seulement une finalité à laquelle ces futurs adultes seraient parvenus, il s'agit d'une situation initiale et originelle.

C'est là que Bruce Lipton jette un pavé dans la mare darwiniste : selon lui, ce sont nos pensées et nos croyances qui gouvernent la biologie, et non notre hérédité. Il prend d'ailleurs l'exemple de la célèbre actrice américaine Angelina Jolie, qui a choisi de subir une mastectomie préventive parce qu'elle vient d'une lignée de femmes qui ont toutes été touchées par des cancers féminins. Lipton suggère que si l'actrice vient indéniablement d'une lignée de femmes qui se transmettent des gènes défaillants, ce sont davantage leurs comportements les unes envers les autres qui sont les responsables inconscients de ces dramatiques reproductions de schémas.

Ce sont quatre-vingt-quinze pour cent de notre vie qui dépendraient entièrement de ces logiciels engrammés dès notre plus jeune âge dans notre subconscient ; nous n'utilisons consciemment, en tout et pour tout, que les cinq pour cent restants. Comprenez par-là que le subconscient est notre autopilote ; de même que nous sommes capables de conduire en conversant avec un passager, le cerveau se met, la plupart du temps, dans cette fonction de pilotage automatique appris par mimétisme dans notre enfance. J'ai baigné, pour ma part, dans un univers familial totalement athée et cartésien. Les seules phrases entendues sur le sujet autour de la table parentale se résument ainsi : « La religion, une véritable foutaise ! », « Si Dieu existe, eh bien je peux vous dire que c'est un sombre idiot qui ne m'a jamais aidée ! », répétait ma mère à qui voulait l'entendre. Comment envisager ne serait-ce qu'un instant que la spiritualité puisse être un élément positif dans ma vie puisque je n'avais enregistré qu'une seule et prétendue vérité : tous

les malheurs qu'avait vécus ma famille s'étaient déroulés sous le regard distrait d'un Dieu confortablement installé sur son petit nuage !

À partir du moment où nous décidons d'exploiter pleinement les cinq petits pour cent d'expérimentations conscientes de notre quotidien, nous devenons davantage alertes face à notre environnement réel. Nous confrontons tout à coup une expérience immédiate à notre univers imaginé. Il se joue, à ce moment précis, un véritable combat intrinsèque : celui des expériences spontanées et sans filtre que nous vivons et qui sont tout à fait nouvelles, et l'envie instinctive de nous réfugier aussitôt dans nos pensées, dans les substrats de sensations que nous connaissons par cœur parce qu'elles tapissent notre univers référentiel. Nous faisons alors l'expérience de la pleine conscience.

Essayez de départager avec honnêteté les moments durant lesquels vous vivez véritablement votre vie, entrez en contact avec vos congénères, confrontez vos idées, vous soumettez aux aléas de la vie, et ceux durant lesquels vous vous réfugiez dans l'Univers, non pas toujours douillet mais tout du moins familier, de vos pensées. Je pense notamment à toutes les échappatoires virtuelles dans lesquels les adolescents ou les adultes fragiles se réfugient : jeux vidéo, épisodes de séries à n'en plus finir, sites internet… Tous ces ersatz de réalité sont les antichambres d'un monde réel dans lequel ils ont peur de se lancer.

Je le répète souvent : il est tout aussi difficile d'effectuer une heure de méditation que de vivre une heure de notre vie en pleine conscience, sans activer automatiquement le mental ou appliquer des réflexes calqués directement sur nos programmations enfantines ! Cela requiert une attention de tous les instants afin de ne pas glisser très vite dans notre subconscient. Aussi difficile que

cela puisse être de l'admettre, nous avons créé absolument tout ce qui se trouve autour de nous, les belles choses comme les plus ardues des configurations. Tout simplement parce que tous ces événements entrent naturellement dans la programmation initiale que nous avons reçue.

Je ne suis pas en train de vous dire que tout est déterminé à l'avance, ou que nous sommes condamnés à suivre le programme soufflé par nos ancêtres : je ne serais pas en train d'écrire cet ouvrage si je m'étais résignée à suivre l'enseignement athéiste de mes parents ! Je n'aurais pas déployé autant d'énergie à vous démontrer la force du monde invisible, et les indéfectibles alliés qui sont toujours auprès de nous pour nous permettre de suivre le chemin de notre âme. Les difficultés interviennent dans notre vie précisément à partir du moment où le programme de notre subconscient ne soutient pas la destination que nous recherchons. Dès que j'ai expérimenté les manifestations surnaturelles, que j'ai découvert mes facultés médiumniques, une fissure s'est créée entre ma programmation originelle et ce que j'entrevoyais de certitudes intérieures. J'ai vécu alors bien des cataclysmes et des violences intérieures, car un duel entre ce que l'on m'avait enseigné et ce que je m'étais autorisé à vivre faisait rage. Je me suis fustigée tant de fois, autosabotée plus encore, taxée de folie… Je dirais que la foi est cette force ultime qui balaie, sans aucune violence ni aucun repère, les siècles de certitude de notre cerveau. Je n'ai pourtant jamais abandonné ma quête spirituelle, parce que je sentais une résonance bien plus forte que celle des croyances familiales : celle dont mon âme se souvenait.

Vivre chaque jour en pleine conscience est donc une véritable gageure ; cela marque la dissonance, ou peut-être la résonance, entre nos programmations subconscientes et nos expériences. Mais notre esprit conscient est infiniment créatif et cherche toujours à comprendre. La véritable question est donc celle-ci : comment modifier et dépasser les certitudes erronées de notre subconscient ? Comment s'ouvrir davantage aux signes du monde invisible si nous sommes programmés à ne jamais les voir ?

Il n'existe que deux façons de « désinstaller » les logiciels présents dans l'ordinateur de bord qu'est le cerveau : utiliser le même état modifié de conscience que celui dans lequel nous avons baigné jusqu'à nos sept ans, c'est-à-dire l'hypnose. L'autre méthode est celle de la répétition et de l'entraînement. Comment effacer les blessures, rechercher la source du mal et la dissocier des conséquences désastreuses qu'elle engendre ? Grâce à l'hypnose, qui permet justement au thérapeute de s'infiltrer jusque dans notre subconscient et d'aller déprogrammer avec son patient les croyances erronées et douloureuses. « Tu n'es qu'une bonne à rien », « tu n'y arriveras jamais », ou encore « toutes les femmes de la famille finissent ruinées de toute façon », sont autant de sortilèges familiaux désastreux que de vies brisées.

Quant aux notions de répétition et d'entraînement, elles relèvent du même principe que lorsqu'il s'agit d'apprendre à conduire, à jouer du violon ou encore à réciter votre alphabet : s'entraîner régulièrement, répéter ses gammes, déclamer inlassablement les vingt-six lettres de l'alphabet sur les bancs de l'école. À vous de créer tous les mantras de votre quotidien ! J'arbore toujours un grand sourire lorsque des consultants me font la liste de tous les livres de spiritualité ou de développement personnel qu'ils ont lus. Avoir lu une centaine d'ouvrages spirituels, c'est un peu comme lire

un Post-it collé sur le réfrigérateur : « Arrête de manger ! » Il ne s'agit que d'une suggestion ; vous aurez beau lire et vous imprégner de témoignages spirituels, d'informations éclairantes, vous ne ferez toujours pas, au fond de vous, l'expérience même de la spiritualité.

L'acte essentiel pour transformer une information extérieure en une réalité est d'en faire une habitude. Il ne suffit pas de convoquer les esprits autour d'une table de spiritisme un samedi soir avec des amis pour faire l'expérience d'une manifestation surnaturelle, il faut en faire un art de vivre.

Le corps humain est une formidable machine qui répond à des rythmes implacables. Il fonctionne par cycles réguliers : les rythmes infradiens qui sont des cycles longs de plus de vingt-quatre heures, et qui correspondent, par exemple, aux changements de saisons ; les rythmes circadiens qui durent vingt-quatre heures, et créent le biorythme de la journée entre la phase d'éveil, d'activité et d'endormissement ; et les rythmes ultrasonores qui n'agissent que quelques heures seulement mais ponctuent notre journée en augmentant la pression artérielle, en libérant nos hormones et en stimulant notre esprit. Tout ceci s'exécute dans une parfaite régularité, sauf lorsque nous changeons d'environnement ou que nous modifions notre façon de vivre.

Par ailleurs, le corps compte quelque cent mille milliards de cellules, qui se distinguent en deux cent cinquante types cellulaires différents, entre les cellules du sang ou de la peau, les neurones, les fibroblastes… Chaque jour, si vingt milliards de cellules meurent inexorablement, elles sont automatiquement remplacées, ainsi, notre corps est en état de renouvellement permanent de la naissance à la mort. Il est en quelque sorte constamment remis à neuf dans une régularité étonnante.

Créer une habitude de pensée, instaurer un rituel, ce n'est ni plus ni moins suivre le fonctionnement physiologique du corps. Si nous nous répétons chaque jour que nous sommes heureux, que nous souhaitons entrer en contact avec un être cher disparu, que nous allons changer de vie, nous plaçons en nous une nouvelle programmation qui entrera dans notre subconscient de la même façon que durant notre petite enfance. Nous faisons germer une graine au fond que nous arrosons chaque jour grâce à ce phénomène de répétition.

Soyez des marathoniens de la spiritualité, et non des sprinteurs ! Choisissez le *modus operandi* qui vous convient le mieux : écrivez chaque jour vos phrases programmantes dans un cahier ou répétez-les à voix haute, dansez-les, peut-être, criez-les, aussi ! Mais n'oubliez jamais ceci : chacune de nos petites cellules se remplit et se charge de ces nouvelles informations ; près de vingt millions de cellules se divisent en deux cellules chaque seconde. Vous l'ignorez peut-être, mais dans le langage scientifique, « se diviser » veut en fait dire « se multiplier » : vous déposez ainsi de nouvelles données qui vont circuler deux fois plus vite, et se propager ensuite en vous. C'est pourquoi la régularité fait toujours l'efficacité ! Choisissez un temps raisonnable pour votre rituel, de façon à l'intégrer parfaitement dans votre quotidien. Et cessez de vous justifier, par des « ma fille est tombée malade hier », « mon patron m'a demandé de faire des heures supplémentaires », de n'avoir pu vous recueillir et faire perdurer le rituel ; cinq à dix minutes suffisent à changer complètement votre vie.

Je peux vous assurer qu'il n'y a jamais de lettre morte dans le monde invisible. En lui enlevant toute connotation judéo-chrétienne, je mesure chaque jour la portée de cet adage : « Demande et tu recevras ». Il n'est pas de requête qui ne soit entendue, pas de

mantra qui ne soit pris en compte. D'aucuns me diront : « J'ai demandé chaque jour à l'Univers d'être riche, et ça ne marche toujours pas. » Vous avez raison. J'ai oublié de préciser l'ultime postulat de départ de toute reprogrammation de notre subconscient : l'envie. Avez-vous réellement envie de devenir riche ? Est-ce plutôt pour prendre une revanche familiale ? Devenir riche ne vous exposerait-il pas à une peur intestine du changement radical de vie, à une complète désorientation et une perte de repères ? Derrière chacune de nos procrastinations se cache une peur qui sommeille et nous paralyse. Changer de paradigme, c'est accepter en conscience les changements fondamentaux que cela engendrera dans l'existence. Êtes-vous prêt à cela ? Êtes-vous prêt à entrouvrir la porte du monde invisible ? Ce que vous verrez et ce que vous entendrez bouleversera sans doute tous vos repères ; vous comprendrez alors que vos choix n'étaient peut-être pas les bons, que vous vous entêtiez dans vos croyances limitantes.

Demande et tu recevras : la force de la prière

Nous avons évoqué ensemble les différents états modifiés de conscience ; je n'aurais pas été au bout de ma démonstration si je n'avais pas inclus la prière comme l'un des exercices les plus puissants et rapides pour régler notre cerveau sur un rythme alpha. Quoique nous fassions, où que nous soyons, joindre les mains et réciter une prière permet automatiquement de créer ce fameux espace sacré que les augures délimitaient avec leur bâton dans le Ciel. La combinaison des mots avec l'inspiration spirituelle que nous prenons avant de les prononcer nous permet de monter en vibration et de créer une harmonie intérieure. Le scientifique et prix Nobel

Alexis Carrel a d'ailleurs dit à propos de la prière qu'elle « est la forme la plus puissante de l'énergie créatrice ».

La prière rassemble, à elle seule, toutes les attitudes idéales pour être à la fois en situation de demande et de réceptivité. Elle constitue un excellent rituel quotidien afin de s'inscrire dans les besoins de transformation profonde des programmations de notre subconscient, parce qu'elle répond parfaitement à un besoin de format court qui peut s'inclure dans notre quotidien sans bouleverser notre emploi du temps. Il est possible de prier au milieu d'une foule, au sommet d'une montagne ou la tête nichée dans un oreiller. En outre, les mots que l'on récite et dont on s'imprègne font presque partie intégrante de nous-mêmes : nous les connaissons par cœur, tant et si bien que nous n'avons plus besoin d'y réfléchir. La prière agit comme un mantra puissant, une formule magique qui serpente sur notre rationalité ; la sonorité des syllabes nous embarque et participe à notre changement d'état modifié de conscience.

Si réciter un « Je vous salue Marie » donne à la prière une tonalité catholique et religieuse qui ne fait pas sens pour vous, il ne tient qu'à vous de la créer ! Écrire une prière, c'est déjà le début de la rédaction de votre lettre à l'Univers. Choisissez le thème, élisez un destinataire : voulez-vous vous adresser à Dieu plutôt qu'à ses saints ? Préférez-vous l'immensité du cosmos, ou l'intimité créée avec un être cher disparu et qui vous manque tant ? Écrire une prière est tout aussi créatif que réaliser une peinture ou composer un morceau de musique ; si vous laissez glisser votre stylo sur la feuille, vous aurez peut-être le bonheur de vous sentir accompagné et guidé dans l'écriture. Sentez-vous libre du rituel qui l'accompagne ! Une bougie, les mains jointes et l'obscurité d'une pièce ? À moins que vous ne préfériez la chanter accompagné d'une chorale et d'un

orchestre ? Il n'est pas d'endroit spirituel, c'est la spiritualité qui choisit un endroit.

Les catholiques disent que la prière permet de « rentrer en familiarité » avec Dieu ; le Pape rappelle d'ailleurs que cette familiarité nous permet de nous sentir libre : « Ceux qui habitent la maison du Seigneur sont les libres, ceux qui ont une familiarité avec Lui sont les libres. Les autres, en utilisant une parole de la Bible, sont les enfants de l'esclavage […] ils n'osent pas se rapprocher. » Je trouve ces propos tout à fait justes. Quelles que soient nos obédiences, nos croyances, nos courants spirituels, nous avons tous ce réflexe de distanciation avec le monde invisible : soit parce que nous ne le percevons pas comme le monde terrestre, soit parce que nous le magnifions ou que nous le craignons. Comment ne pas comprendre ce réflexe de distanciation alors que je suis restée moi-même complètement subjuguée par une apparition angélique ? C'est Rainer Maria Rilke qui écrivait que voir le beau ne serait rien d'autre que le commencement du terrible.

Nous oublions une chose : le monde invisible emboîte chacun de nos pas, se faufile dans notre ombre terrestre pour nous accompagner sur le chemin de nos épreuves. Un ange, un guide ou une âme désincarnée ne sont que la prolongation de nous-mêmes, notre partie éthérée et hautement spirituelle. Avoir peur d'aller à leur rencontre revient à craindre d'accéder à une part de nous. La prière permet de créer ce pont de dialogue, de doléances et de confessions également avec le monde invisible. Elle instaure le « Tu » et favorise les échanges d'âme à âme. Le monde céleste est peut-être parfaitement hiérarchisé, il n'en demeure pas moins généreux et abondant. Il se manifeste toujours à celui qui croit en lui, apparaît même aux plus innocents et aux plus démunis. Je devrais

plutôt dire qu'il se manifeste bien plus facilement à cet enfant qui ferme fort les yeux et implore l'aide de Dieu, à celui qui n'a plus rien et qui a dû renoncer à ses certitudes. Tout simplement parce que, face à sa nudité intellectuelle, matérielle ou spirituelle, celui qui formule sa prière la fera davantage avec son cœur.

La prière est bien plus qu'un simple rituel : elle est un rendez-vous. Elle est une pause spatio-temporelle dans nos vies trépidantes ; elle marque ce temps d'arrêt nécessaire à toute activité, au point que nous joignons nos mains qui sont habituellement affairées à nos tâches quotidiennes pour permettre à notre esprit d'être totalement mobilisé. Il y a toujours une place dans le grand agenda de l'Univers pour un rendez-vous par la prière. Pour paraphraser Lavoisier, dans l'Au-delà rien ne se perd, rien ne se crée, mais tout se transforme. Si notre demande est juste et qu'elle s'inscrit dans notre plan de réalisation, le monde céleste nous donne, à son tour, un autre rendez-vous : celui de sa concrétisation. Cesser de prier revient à cesser de visualiser nos missions de vie, à cesser de rêver.

Note

1. *Les Mille et Une Nuits*, auteurs inconnus, IXe siècle. Traduits par Antoine Galland, Pierre Husson, 1704-1717.

Conclusion

Cet ouvrage que vous allez bientôt refermer est une compilation fidèle de toutes les petites phrases que mes consultants déposent chaque jour dans mon cabinet à l'évocation de la perception des signes qui nous entourent.

En me lançant dans cette mission à la fois sociologique, historique, mythologique et spirituelle qui tend à définir un signe, j'ai rapidement pris conscience de l'âpreté de la tâche. J'ai eu la sensation d'aborder une présence familière pour tous, sujette tant à la raillerie qu'à l'émerveillement. On évoque les signes de l'Au-delà aussi fréquemment que l'on parle du destin, comme s'il s'agissait du treizième convive qui s'invite à notre table. J'ai compris que ce travail herculéen reviendrait à tenter de répondre à cette ambitieuse question : « Qui est Dieu ? »

Forte de la méthodologie universitaire que j'ai reçue, j'avais gardé à l'esprit que, pour tenter de cerner un sujet, il fallait tout d'abord embrasser tout ce qu'il n'était pas ; ou plus exactement, tout ce qui, par notre nature même d'être humain, jette un voile d'opacité sur une vérité pourtant déposée juste sous nos yeux. Nos perceptions sensorielles, nos émotions, nos repères spatio-temporels, nos modèles parentaux et éducatifs s'érigent comme autant d'obstacles au postulat essentiel de la découverte d'un indice sémiologique : n'être borné ni dans ses facultés physiologiques, ni dans ses

projections mentales. L'homme est finalement un contresens dans un paysage sémiologique.

Et puis je me suis souvenue de mon enfance et de sa couleur agnostique, du bain critique dans lequel j'ai été plongée chaque jour, duquel je ressortais nettoyée de toute dimension spirituelle, parce qu'il fallait suivre l'exemple de saint Thomas – dont on niait pourtant l'existence : ne croire que ce que l'on voit. J'ai alors compris la différence fondamentale entre la perception d'un signe dans notre quotidien et la recherche d'un Dieu tout-puissant autour de nous : nul besoin d'être animé par la foi pour s'ouvrir à la religiosité avec laquelle nous vivons l'apparition d'un signe dans notre vie. Si l'on cherche le divin en fermant les yeux et en joignant les mains, en récitant les prières que nous avons apprises sur les bancs de l'église, nous avons fait sa connaissance dès notre plus jeune âge. Il fait partie de l'histoire des hommes, alimente les mythes les plus puissants et pointe son doigt fatal sur nos existences éphémères.

Un signe est un peu le bouffon du roi ; il nous chatouille grâce à des synchronicités étonnantes, trouble nos nuits par des songes médiumniques, s'amuse avec les heures sur le cadran de nos montres, nous divertit avec des sentiments de déjà-vu, nous bouleverse avec des prémonitions, nous fascine en laissant des plumes sur notre chemin. J'espère qu'à la lecture de cet ouvrage, vous aurez pu vous réconcilier avec le latin, parce que je vais encore m'appuyer sur lui pour définir le divertissement : être diverti, c'est être détourné de son chemin. C'est exactement la fonction d'un signe. Le monde invisible a bien compris qu'il fallait ébranler nos certitudes, troubler notre quiétude relative en intervenant avec tous les moyens terrestres dont il dispose. Que ce soit par le biais de notre psyché, de nos perceptions sensorielles, de nos talents, de

notre faculté intuitive ou par les éléments naturels, l'invisible présence s'incarne en perceptible absence.

Contrairement à ce que vous pourriez penser, ce n'est pas la mort d'un être cher qui pousse la majorité des personnes que je rencontre à venir expérimenter une séance médiumnique. Ce n'est pas leur foi non plus, ni leur certitude à penser que l'âme survit par-delà le voile. Tout cela est intime juste au fond de leur cœur. C'est une musique qui se déclenche alors que le poste est éteint ; c'est un prénom que l'on entend comme s'il était prononcé juste pour nous ; c'est un nuage qui forme un cœur au-dessus de notre tête. Si Nietzsche pensait que le diable est dans les détails, j'ajouterai que Dieu se cache *surtout* dans les détails. Si les églises, les temples, les mosquées sont les voies sacrées qui mènent jusqu'au divin, les signes sont les sentiers laborieux et tapissés d'humilité qui nous permettent de l'intégrer petit à petit. Les hommes et les femmes que je rencontre ont compris que ces signes étaient des mains tendues pour rétablir un langage que nous avons presque tous oublié ; qu'il s'agisse de faire perdurer un dialogue avec un proche disparu ou d'être accompagné dans une prise de décision, il suffit d'être attentif au monde qui nous entoure pour comprendre qu'il y a toujours une réponse pour celui qui s'autorise à poser une question.

J'ai choisi de dédier ma vie à la spiritualité et d'être une messagère entre deux mondes ; sans doute parce que, comme le Petit Poucet, je me suis sentie abandonnée sur mon chemin de piété et que j'ai su voir les petits cailloux sur ma route terrestre. Les signes m'ont sauvé la vie. Je n'y vois là ni miracle, ni malédiction ; ils sont à la portée de chacun d'entre nous.

Je ne suis certainement pas la seule à rapporter l'omniprésence des signes dans notre existence ; les conteurs l'ont transmise, les

troubadours l'ont chantée, les poètes l'ont déclamée. Ils souhaitaient, tout comme je le fais à présent, au travers des symboles, des légendes et des mythes, nous rappeler notre potentiel spirituel, mais également que notre présence sur Terre inclut une mission qui lui est dédiée. Si un signe nous désigne une direction à suivre, une instantanéité comme une destinée, il confirme la dynamique humaine. Quel travail devons-nous accomplir sur nous-mêmes, quels schémas récurrents devons-nous dépasser ? Comment porter secours au monde ? Quelles ressources possédons-nous pour cela ?

Le monde a toujours vécu des chaos pour nous réveiller de nos inerties. Il est urgent d'être attentif aux signes qu'il nous envoie pour effectuer un effort collectif afin de le préserver. Cessons de réclamer ce que nous n'avons pas, sachons plutôt distinguer ce que nous pouvons offrir. L'invisible ne connaît pas le mot « économie ».

Remerciements

L’écriture est un voyage intime, solitaire et, à bien des égards, tortueux. Mon ermitage littéraire s’est synchronistiquement aligné avec le repli du monde sur ses peurs, jusqu’à son confinement. Je peux toutefois vous assurer que je ne me suis jamais sentie seule, mais plutôt accompagnée par une formidable cohorte de « visibles » ou « d’invisibles » qui m’ont portée jusqu’à la dernière ligne de ce livre. Jusqu’au dernier signe.

Merci à toutes ces femmes inspirantes qui me font ce merveilleux cadeau de l’amitié : à Charlotte, pour nos notes vocales qui ressemblent davantage à des symphonies ; à Stéphanie K. qui m’a accompagnée et guidée avec tant de bienveillance et de sagesse ; à Virginie et Angélique, mes petites fées du monde animalier qui m’émeuvent autant qu’elles me font rire. Merci à Silvana, mon Italienne préférée, qui met tant d’énergie sur mes projets les plus fous.

Merci à Corinne pour ma rencontre avec Mama Cacao…

Il est des êtres chers avec lesquels vous pouvez tout autant vous sentir vous-même avec la tête des plus mauvais jours que vêtue de

la plus belle robe de soirée : merci à Maud et Amaury qui m'encouragent chaque jour à ne jamais baisser les bras.

Merci à Bernard Werber qui m'a fait l'amitié de cette préface, écrite entre deux éclats de rire. Je l'entends encore me dire que l'écriture ne doit être que du plaisir et du lâcher-prise. Je vais vous faire une confidence : ce que j'admire le plus chez lui, ce n'est pas son extraordinaire talent de conteur, mais son humilité et sa capacité à vous montrer que tout est toujours possible.

Merci à ma fille Stella. Je peux me transformer en louve sicilienne, en tueur à gages, en clown ou bien en enseignante spirituelle pour elle. Là où je casse des assiettes, elle recrée l'harmonie. Là où je m'épuise, elle me ressource avec des sourires. L'amour est le seul apprentissage indispensable.

Merci à toutes celles et ceux dont j'ai voulu retranscrire fidèlement les drames et les joies pour leur confiance. Ils me confient le rôle de messagère, d'interprète des signes qui jalonnent leur existence. Ils ignorent qu'ils sont, sans le savoir, une source intarissable de signes pour moi également.

Table des matières

Couverture

Copyright

Préface

Introduction

Chapitre 1. Fais-moi un signe

Pourquoi ne sommes-nous plus capables de percevoir les signes qui nous entourent ?

Qu’est-ce qu’un signe ?

Les aiguilleurs du Ciel

Chapitre 2. Comment mieux percevoir les signes qui nous entourent ?

Les signes qui sollicitent notre psyché

Les signes qui sollicitent notre corps

Développer notre champ morphique

Conclusion

Remerciements